

ひろばカフェ
5月8日(水)
相談 13:30~15:30 8名
講座 15:30~16:00 8名

ライン(基本) スマホ・タブレット

講師：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団
申込：4/20(土) 10時より 電話・窓口

出前寄席
5月15日(水) 13:30~14:10

うまい話には裏がある!?~悪質商法に要注意!~
主催：消費生活センター
出演：落語家 柳家花いち
対象：高齢者
定員：20名
申込：4/20(土) 10時より 電話・窓口

としまる体操
5月9日(木) 10:00~11:00

今月は9日(木)に実施します
申込不要です お気軽にご参加ください!

シニアのためのフラダンス
5月27日(月) 10:00~11:00

優しい音楽にのせてフラダンスを楽しみませんか
講師：樹村さえ子氏
参加費：500円
定員：18名
申込：4/22(月) 10時より 窓口のみ

おはなし会
5月9日(木) 10:30~11:00

絵本・紙芝居・パネルシアター楽しい時間を過ごしましょう
出演者：中央図書館 読み聞かせボランティア
申込不要です ご自由にお越しください♪

更新手続きのお願い

4月1日(月)より、令和6年度の個人利用証更新が始まりました。
更新手続きにご協力をお願いいたします。
住所変更のある方は新住所明記のものをご持参ください。
詳細は窓口にお尋ねください。

	事業名	日時	内容・費用	受付	
				電話	窓口
いきいき	手作り教室	20日(月) 13:30~15:00	みんなで楽しく小物作り 300円 講師：保坂紀子氏 定員10名	4/15(月)10時より	○
	シニアのためのフラダンス	27日(月) 10:00~11:00	フラダンスで健康作りと仲間づくり 500円 講師：樹村さえ子氏 定員18名	4/22(月)10時より	○
	貯筋体操	7・14・21日(火) 13:30~14:30	椅子に座って筋トレと脳トレをします	申込不要	
	ポッチャくらぶ	22日(水) 13:30~15:00	自分のボールを投げて的玉に近づけチームで競うゲームです 初心者対象 定員18名	申込不要	
	歌って元気	9日(木) 13:30~14:30	ピアノ伴奏で歌います 講師：下平麻紀氏	申込不要	
	としまる体操	9日(木) 10:00~11:00	体操で健康作り友だち作り 今回(5/9)も薄いタオルを1枚ご持参ください 定員20名	申込不要	
	大人のぬいえ	24日(金) 13:30~15:00	脳の活性化とストレス解消! 100円 講師：熊谷美智子氏 定員16名	4/26(金)10時より	○
子育て	ちびっくらんど	毎週日・月・火・土曜日 9:30~11:45 毎週水曜日 13:30~16:45	広いホールで遊びましょう	申込不要	
	お誕生日おめでとう!	毎日 9:30~11:30	今月生まれのお子さん 記念に手形足形を取りましょう	申込不要	
	ぴよぴよフレッシュ	13日(月) 10:30~11:30	ママのためのヨガ・ピラティス・ストレッチ 対象：ハイハイ期までの乳児と保護者 定員12組	5/2(木)10時より ○ ○	
	ベビーマッサージ	27日(月) 10:30~11:15	心地よい時間を過ごしましょう 対象：2ヶ月~10ヶ月の乳児と保護者 定員10組	5/2(木)10時より ○ ○	
	わんぱくタイム	21日(火) 10:30~11:30	親子で体を動かしましょう 対象：0歳児~未就学児と保護者 定員30組	5/2(木)10時より ○ ○	
	ころころパーク	第2・4・5木曜日 9:30~11:45	柔らかいボール・ボールプールで遊びましょう	申込不要	
	小学生あそびの日	毎週木曜日 午後	卓球を楽しもう!	申込不要	
	アスレチックひろば	毎週金曜日 9:30~11:45	すべり台・跳び箱・はしご・一本橋・マットで遊びましょう	申込不要	
交流	ロビーコンサート		5月はお休みです		
	歌ひろば (健康増進カラオケ)	19日(日) 14:00~16:00	カラオケを通じて世代間交流をしましょう	申込不要	

2024年 5月のカレンダー

		日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3	4
午前	洋				貸室受付 サークル代表者会	あばらぎヨガサークル	休館 (憲法記念日)	休館 (みどりの日)
	区				元気！ながさきの会	みどり会書道クラブ		
午後	洋				すずめの会	ポッチャフランス		
	区							
		5	6	7	8	9	10	11
午前	洋	カラオケ三寿会	休館 (振替休日)	気功同好会	元気！ながさきの会	としまる体操	第6地区区政連絡会	元気！ながさきの会 旅行グループ
	区						たのしい中国語の会	金曜会
午後	洋	南長崎クラブ		貯筋体操	長崎2丁目ことぶき会 輪投げ部	歌って元気	サロン歌声教室	
	区						南長崎1丁目益踊りクラブ	
		12	13	14	15	16	17	18
午前	洋	なかよし会	長崎2丁目ことぶき会 モルック部	長崎2丁目ことぶき会 ポッチャ部	和踊りの会	あばらぎヨガサークル	ふたば会	みどり会輪投げクラブ
	区	いけばな教室			琴寿会	元気ながさきの会 折紙グループ	みどり会書道クラブ	金曜会
午後	洋	野菊の会	ニューソング	貯筋体操	出前寄席	長崎2丁目ことぶき会 カラオケ部	富士見台ドレミ会	南長崎クラブ
	区		レザーの会			南長崎1丁目益踊りクラブ	カラオケ三寿会	
		19	20	21	22	23	24	25
午前	洋		万ハウ オカレニ	気功同好会	長崎2丁目ことぶき会 カラオケ部	野菊の会	ふたば会	みどり会輪投げクラブ
	区			元気！ながさきの会朗読		たのしい中国語の会	やさしいヨーガ	金曜会
午後	洋	歌ひろば	長崎2丁目ことぶき会 ポッチャ部	貯筋体操	ポッチャくらぶ	ポッチャフランス	サロン歌声教室	NPO法人クローバー
	区					CSW	大人のゆいえ	
		26	27	28	29	30	31	
午前	洋		(シ)フラダンス		和踊りの会	あばらぎヨガサークル	ふたば会	
	区	いけばな教室		琴寿会	元気！ながさきの会 折紙グループ		金曜会	
午後	洋	なかよし会	ニューソング	NPO法人富士見台ひろば 総会	長崎2丁目ことぶき会 モルック部	長崎2丁目ことぶき会 輪投げ部	秋桜	
	区		レザーの会				すずめの会	

					1	2	3	4
午前	ホ					サロンシニアエアロビクス	休館 (憲法記念日)	休館 (みどりの日)
	風							
午後	ホ				ちびっランド	としまる体操in長崎 小学生あそびの日		
	風							
		5	6	7	8	9	10	11
午前	ホ	ちびっランド	休館 (振替休日)	ちびっランド		ころころパーク	アスレチックひろば	ちびっランド
	風						(お)おはなし会	ふたば会 やさしいヨーガ
午後	ホ			元気！ながさきの会 太極拳	ちびっランド	小学生あそびの日	元気！ながさきの会 フィットネス/吹矢グループ	
	風							
		12	13	14	15	16	17	18
午前	ホ	ちびっランド	びよびよフレッシュ	ちびっランド	親子体操	サロンシニアエアロビクス	アスレチックひろば	ちびっランド
	風							
午後	ホ		十人会		ちびっランド	としまる体操in長崎 小学生あそびの日		
	風							
		19	20	21	22	23	24	25
午前	ホ	ちびっランド	ちびっランド	わんぱくタイム	親子体操	ころころパーク	アスレチックひろば	ちびっランド
	風							
午後	ホ		十人会	元気！ながさきの会 太極拳	ちびっランド	小学生あそびの日	元気！ながさきの会 フィットネス/吹矢グループ	
	風							
		26	27	28	29	30	31	
午前	ホ	ちびっランド	ちびっランド	ぼおぼお	親子体操	ころころパーク	アスレチックひろば	
	風		(お)ベビーマッサージ					
午後	ホ		十人会		ちびっランド	小学生あそびの日		
	風							

洋…1階洋室 区…区民集会所 ミ…ミーティングルーム 太字 → 主催又は共催事業 ※このお知らせは4月18日現在の予定で
 ホ…2階洋室 風…風の子ルーム お…おひさまルーム 細字 → 自主グループ 特定非営利活動法人 富士見台ひろば