

【アトリエふたば】

無料

フリー参加

<日時>9月4日(月)、26日(火)

15:00~18:00

※時間内ならいつでも、参加できます!



今回の「アトリエふたば」のテーマは大人の塗り絵です。塗り絵をすることで、集中力の向上やリラックス効果も得られるそうです。新たな趣味や脳トレの一環として、塗り絵をしてみませんか!

【パティシエふたば】

300円

参加予約制

<日時>9月8日(金) 16:00~19:00

<持ち物>エプロン

<メニュー>クレープ

<参加締切日>6日(水)まで



今回はクレープを作ります。生地を焼いて、フルーツや生クリームで盛り付けて、オリジナルクレープを作しましょう!

【風船テニス】

無料

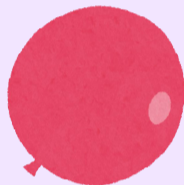
参加予約制

<日時>9月15日(金) 18:00~19:00

<持ち物>タオル。着替え(汗をかいた時のため)、

動きやすい服装で来てください。

<参加締切日>13日(水)まで



今回は風船テニスを行います。風船をラケットの代わりにして、ボール用の風船を打ち返します。一緒に楽しみながら運動をしましょう!

【ふたばごはん会♪】

300円

参加予約制

<日時>9月22日(金) 16:00~19:00

<持ち物>エプロン

<メニュー>肉じゃが

<参加締切日>20日(水)まで



今回の「ふたばごはん会」は、肉じゃがを作ります。野菜も肉も一品で摂れる肉じゃがは、自炊にとっても役立つ献立ですよ。一緒に作ってみませんか?

【お知らせ】

9月は、「防災の日」があるということで、

たまりば「ふたば」でも、もしものときに備えて、

避難訓練を実施します!

今回は、ふたば活動室内で火事が

発生した時を考えて、避難する練習をします。

【避難訓練実施日】

<日時>9月4日(月) 13:00~14:00

※この時間帯に来所する方は、避難する利用者役として、

避難訓練に参加してください。

ご協力をお願いします。



防災訓練

【お問い合わせ】

地域活動支援センター たまりば「ふたば」

<住所>北区北26条西3丁目1-10-2

<電話番号>011-299-7417

【開設日】月~金曜日

(土・日・祝日・年末年始はお休み)

【開設時間】11時30分~19時30分

