


たまりば「ふたば」 6月のプログラム

【書道の時間（ペン習字）】 無料 フリー参加



<日時>6月4日（火） 12:00~19:00


<持ち物>こちらで用意します。

※時間内ならいつでも、参加できます！

今回の書道の時間のテーマは「ペン習字」

自分の名前や手紙の文等、普段よく書く文字を
ちょっと上手く書けるよう練習してみませんか？

【自転車のルールを学ぼう】 無料 フリー参加



<日時>6月26日（水） 16:30~17:30

今回は講師をお呼びして身近な乗り物である自転車の
ルールと、歩行者側の注意点について学びます。

事故やケガを未然に防ぎ安全に生活するために、
めったにない機会ですのでぜひご参加ください。

※プログラム中、フリースペースを利用される
場合はお静かに願います！

【ふたばごはん会】 300円 参加予約制



<日時>6月21日（金） 16:00~19:30

<持ち物>エプロン


<参加締切日>19日（水）まで

今回は「冷やし中華」を作ります。

みんなで一緒に作って美味しく食べましょう。

※開始時間に遅れる場合は、ふたばまでご連絡を！

【リラックスヨガ】 無料 フリー参加



<日時>6月14日（金） 16:30~17:00

<持ち物>動きやすい服装、タオルなど

「正しい姿勢が健康な体をつくれます」

ヨガをやったことがない方でも大丈夫。

自分のペースで楽しみましょう！



【お問い合わせ】

ちいきかつどうしえん
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

