

愛知県中央信用組合10月ロビー展

布あそび 作品展

所問 本店営業部 ☎41-3266

杉浦街子 ちりめん細工展

ふれあい福祉園ガイア 作品展

所問 辻支店 ☎41-3267

しゅんこう和紙ちぎり絵 作品展

所問 みなみ支店 ☎41-3271

河合夏子 古布創作作品展

所問 旭支店 ☎41-3274

文化協会 秋のたいけん講座

時 11/14(土)13:30~16:00

所 文化会館

内 ①はじめての茶道②いけばな体験③はじめての篆刻④はじめての詩吟⑤はじめてのお琴

定 各15人

¥ ①500円(茶・菓子代含む) ②1,000円(器・生花代含む) ③石材代④⑤無料

申 11/11(木)までの火~金曜日10:00~17:00に碧南文化協会事務局 ☎42-3511

他 複数講座の受講可

大浜ましかどサロン展示・イベント

①イエローパンジーひなの会 振り袖の展示

時 10/1(木)~31(土)

②うた声サロンinましかど

生演奏と一緒に歌いましょう。

時 10/9(金)13:15~14:30

共通

所問 大浜ましかどサロン ☎46-3224

他 ましかど写真倶楽部写真展を常設



JERA park HEKINANイベント

①JERA museum HEKINAN リアル謎解きゲーム

時 10/1(木)~11/29(日)9:00~16:30

所問 JERA museum HEKINAN

☎42-0818

¥ 無料

②JERA garden HEKINAN 冬のハンギングバスケット

冬の間に咲き続ける花々を使ったハンギングバスケットです。

時 11/8(日)10:30~12:00、13:30~15:00

所 グリーンセンター

定 各20人(先着順)

¥ 2,500円(材料費含む)

※ハンギングバスケットを持参する人は2,000円(伊藤商事スリットバスケットSLT-25を使用)

申 10/9(金)9:00~30(金)16:00に

JERA garden HEKINAN ☎48-7236

太極拳ファンソンへの参加の案内

太極拳の習得を目指す中で、心身の健康と精神の安定を図ります。

時 原則第1、3、4月曜日(毎月3回)

13:30~14:45

所 新川公民館

定 20人程度

¥ 1,500円(3回分/無料体験あり)

申 三矢 ☎070-4176-7220

碧南南部地域包括支援センター 教室の案内

フレイル予防教室

時 ①10/15(木)10:00~11:30②10/22(木)

13:30~15:00③11/19(木)10:00~11:00

④11/25(木)10:00~11:00⑤12/3(木)10:00

~11:00⑥12/10(木)10:00~11:30

内 ①「フレイル予防とは」とコグニサイズ②身体を動かして健康づくり③予防のための食生活ポイント④聞こえの勉強会⑤健口体操で健康寿命を伸ばそう⑥「音を楽しむ」と茶話会

¥ ⑥のみ200円

シニアのための体操教室

椅子に座ってできる体操のポイントを学びます。一緒に体を動かしてみませんか?

時 10/29、11/5、12/17、2027/3/18、25の木曜日13:30~14:30

¥ 無料

共通

所 南部市民プラザ

定 25人程度

申 碧南南部地域包括支援センター

☎46-5282



レイキヒーリング体験会

優しくエネルギーを流して巡りを促し、心と体を緩めます。

時 ①10/10(土)②10/17(土)、22(木)9:00~12:00の15分間

所 ①安祥閣(安城市)②東部市民プラザ

対 初参加者のみ

定 各5人

¥ 500円

申 2次元コード又は

木守 三島 ☎090-4942-1351



フラダンス「プアナニ・アロハ」

誰にでも楽しめる初心者向けフラダンス! ハワイの音楽に乗って動く無理のない全身運動です。

時 第1、2、4水曜日13:30~15:00

所 へきなん福祉センターあいくる、西端公民館などのいずれか

¥ 1か月1,000円(無料体験あり)

問 川崎 ☎090-4166-5075



Machikado Dengonban

ましかど 伝言板

應春寺の蓮如さん

バザー、蓮如さんカルタ取り、抹茶接待など楽しいイベント盛りだくさんです。

時 10/25(日)10:00~15:00頃

所 應春寺(雨天の場合應春寺及び神有区民館)

問 應春寺 大塚 ☎080-2126-0380

他 駐車場は神有区民館

堀江邦子氏による蓮如さんの絵解き

時 10:00~、13:00~

(各回内容は異なります。)

¥ 500円



健康ウォーキング

病院スタッフと一緒に市内を歩きます。ウォーキング前後で血圧と血糖を測定し、値の変化を確認します。健康に関する講話もあります。

時 11/7(土)9:30~12:30

所 小林記念病院

対 18歳以上

定 20人

¥ 500円

申 小林記念病院栄養管理科 ☎41-0004



申し込み



12月号の掲載申し込み期限は11/2(月)16:00です。

問 秘書課広報統計係 ☎95-9867

延期・中止の場合もあるので各問い合わせ先で確認してください