

新湊交流会館 便り いきいき長寿館

第20-10号

令和2年10月1日

日時 10月22日(木)
10:00~11:00

がんばらない体操

やさしい動きなので
気軽に参加してみませんか?

場所 新湊交流会館

参加費 300円

定員 20名



自己コントロールする力を
身に着けます!

場所 新湊交流会館

開催 10月17日(土)

定員 20名

時間 14:00~15:00

参加費 300円

対象 どなたでもどうぞ



リフレッシュ・ヨガ



場所 いきいき長寿館

開催日 10月31日(土)

定員 20名

時間 14:00~15:00

参加費 300円

対象 どなたでもどうぞ

心も体もリラックスして
一週間の疲れを癒し、
元気になりましょう!

NAOのダンスやってみよう!!

日時 10月17日(土) 15:15~16:00

場所 新湊交流会館

対象 小学生以下

参加費 100円

定員 6名



初めてでも大丈夫! ダンス好きっ子集まれ! 楽しく基礎から学びましょう!

対象 小学生以下

参加費 100円

定員 20名

日時 10月31日(土) 15:15~16:00

場所 いきいき長寿館



10月、11月の予定

令和2年度 新湊中部保育園
アンパンマンサークル
(未就園親子ふれあいの場)

新湊中部保育園からのお知らせ



10月 7日(水)・離乳食試食会

10月21日(水)・リズム遊び※身体測定

11月 4日(水)・おはなし大好き※身体測定

時間・・・午前10時から11時

場所・・・新湊中部保育園
なかよしルーム

参加・・・無料

※予約の必要はありません。

お問い合わせ

新湊交流会館

射水市三日曾根9番18号

☎ 0766-82-8451

お申込み先

いきいき長寿館

高岡市下牧野385-1

☎ 0766-84-1030