

# 12月イベントカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 オリジナル ゲーム作り	3 脳活体操 & ボッチャ	4 お休み	5 プレゼント作り (折り紙傘)	6 健康麻雀&ボドゲ (外部講師)	7 お休み
*8 イベント	9 タオル体操& バグー	10 転倒予防体操 & ラダーボール	11 お休み	*12 クリスマス工作	13 軽体操& グラウンドゴルフ	14 お休み
15 お休み	16 ボードゲーム	17 音楽レク (うた&体操)	18 お休み	19 お休み	20 体ポカポカ運動 & 脳活塗り絵	21 お休み
22 お休み	23 肩こり予防体操 & モルック	24 ヨガ体験 (女性講師)	25 お休み	*26 出張サロン <small>in 総合市民会館</small>	27 大掃除& もぐもぐタイム	28 お休み
29 お休み	30 お休み	31 お休み	*都合により内容が変更する場合がございます。ご了承ください。			

場所: 蓬沢公民館 (甲府市蓬沢1-12)  
時間: 13:30~15:30

料金: 料金: 月額500円  
+ 大人200円(初回無料)  
子ども・学生…無料

## 《今月のおすすめイベント情報》

12/12(木)  
クリスマス工作

クリスマスカードやリース、  
ミニツリー作りを行います。  
ご自分やご家族・お友達への  
プレゼントにどうぞ!!



12/26(木)  
出張サロン

シルバー人材センターの  
皆さんと一緒に健康づくり  
場所: リッチダイヤモンド  
総合市民会館  
時間: 14:00~16:00

12/8(日)

SDGs クリスマス会

甲府市主催のイベントにて  
ニュースポーツやボード  
ゲーム体験ブースを出展☆  
場所: 甲府市役所  
1階市民活動室  
時間: 10:00~15:00

活動の様子は  
こちらから→



友だち登録は  
こちらから→



蓬沢いきいきサロンは  
だれもが気軽に交流し、楽しみながら  
健康になれる居場所をつくってます

【お問い合わせ】 蓬沢いきいきサロン (いがり)

☎ 090-5559-3710    ✉ y.ikiiki@outlook.com

