



10月イベントカレンダー



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------|---------------------|----------------------|-----------|---------------------|--|---------------------|
| | | 1 軽体操& ラダーボール | 2 お休み | 3 人形づくり (折り紙) | 4 書道体験 | 5 県立大 学園祭 |
| 6 お休み | 7 軽体操& 輪投げ | 8 軽体操& ボードゲーム | 9 お休み | 10 小物づくり (毛糸) | 11 薬膳教室 | 12 子ども応援 フェスタ |
| 13 お休み | 14 かんたん ボドゲ体験 | 15 軽体操& バグゴ | 16 お休み | 17 クイズ大会 | 18 健康麻雀 (プロ講師) | 19 お休み |
| 20 お休み | 21 軽体操& モルック | 22 ヨガ体験 (女性講師) | 23 お休み | 24 ゴミ拾い &ボドゲ | 25 絵手紙体験 | 26 お休み |
| 27 お休み | 28 軽体操& ニチレク | 29 音楽レク | 30 お休み | 31 切り紙& 貼り絵 | *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)

料金: 月額500円

時間: 13:30~15:30

+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》

スポーツの秋

初めてでも楽しめる
様々な軽スポーツを
用意しました。みんなで
体を動かしましょう!

芸術の秋

書道や絵手紙、工作…
色々な作品づくりを
楽しみましょう♪



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

