

# ～ 11月の予定 ～

<b>おしゃべりサロン【穴生サテライト】</b>			
日にち	時間	内容	備考
6	13:00～14:30	いきいきわくわく終活サロン	参加費 500 円
7	14:00～15:30	音楽に合わせて楽しい体操	参加費 500 円
1	13:00～15:00	リフレッシュアート「臨床美術」	参加費 1,500 円（材料費込）
7・21	11:00～12:00	スマホで楽しむサロン	無料 連続 2 回
21	13:00～14:00	コミュニティカフェ	参加費 500 円
22	13:00～14:00	ウォーキング講座（全6回の2回目）	参加費 500 円（資料代込） 毎月第4水曜
28	11:00～12:00	クラフト「クリスマスリースを作ろう」	参加 500 円（材料費込）
28	14:00～15:30	養生体操（からだを整えます）	参加費 500 円
<b>おしゃべりサロン【魚町ステーション】</b>			
2・9・16・30	14:00～15:00	スマホで楽しむサロン	無料 連続 4 回（単発可）
2・9・16	11:00～12:00	健康サロン	体操・セルフケア・ウォーキング 参加費無料
15	14:00～15:30	絵本で読書会	参加費 500 円 定員 6 名
18	13:00～14:30	いきいきわくわく終活サロン	参加費 500 円
21	10:30～12:00	短編読書会	参加費 500 円 定員 6 名
30	11:00～12:00	バランスボールエクササイズ	参加費 500 円
8・22	14:00～15:00	英語でおしゃべりサロン	参加費 無料
<b>その他</b>			
14	12:30～14:30	若松出張スマホサロン	若松二島西公園「年長者いこいの家」
11・12	11:00～15:30	GB コレクション（シニアファッションショー）	手づくり市場イベントステージ 西日本総合展示場新館