

10月の予定表

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、飲食を伴うプログラムは中止にしています。

日	曜日	予 定	16	土	プラバン
1	金		17	日	
2	土		18	月	
3	日		19	火	
4	月		20	水	
5	火		21	木	塗り絵
6	水		22	金	
7	木		23	土	映画上映
8	金		24	日	
9	土		25	月	
10	日		26	火	
11	月	折り紙	27	水	
12	火		28	木	椅子ヨガ
13	水		29	金	
14	木		30	土	
15	金	円山登山	31	日	

★折り紙（無料）14:00-15:00

簡単な日常生活で使える実用的なものを作ります。
出来上がる楽しみを一緒に味わいませんか？初めての方もお待ちしております。

★行事：円山登山（無料）13:00-15:30 ※雨天中止

センターから登山口まで歩いていきます。登る途中でしんどくなるかもしれませんが、それを乗り越えて標高225メートルの山頂を目指し、爽快感を味わいましょう。
13:00にセンターを出発しますので、それまでにお集まりください。
※動きやすい服装、日頃履きなれた滑りにくい靴、帽子、飲物、汗拭きタオル、虫よけ、飴等、各自判断してご持参ください。

★プラバン de キーホルダー作り（無料）11:00-12:00

薄いプラスチック板に好きなイラストを描き、色を付けて加熱しオリジナルのキーホルダーを作ります。

★大人の塗り絵 14:00-15:00

色鉛筆と塗り絵を用意していますので、手ぶらで参加できます。
時間内に終わらなくても大丈夫です。塗って出来上がった作品は、持ち帰りいただけます。

★土曜ロードショー（無料）15:00-17:00

上映予定映画：「新解釈・三国志」（上映時間：1時間54分）
解説：今から1800年前、中華統一を巡り三国「魏・蜀・呉」が群雄割拠していた時代。民の平穏を願い、のちに英雄と呼ばれる一人の男・劉備（大泉洋）が立ち上がった。激動の乱世を経て、物語はやがて「魏軍80万」Vs「蜀・呉連合軍5万」という、圧倒的兵力差が激突する「赤壁の戦い」に突入していく。

★椅子ヨガ（無料・動きやすい服や靴／サンダル・スカート禁止）定員6名 14:00-15:00

ボランティアの先生が来て、分かりやすく教えてくれます。
椅子に座って行うヨガなので、身体がほぐれてリラックス効果があります。