



1~2月富岡ケアプラザ イベントカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1月1日	2	3	4	5	6	7
お休み	お休み	お休み		貸館受付日 9:30~11:30	ミュージカル ダンス 9:30~10:30 10:30~11:30	
8	9	10	11	12	13	14
がんばらない 体操の会 10:30~11:30			お元気すくすく 10:00~11:30 (富岡ふれあい ハウス)	楽しい大人の鍵盤 ハーモニカ 10:00~11:00		
15	16	17	18	19	20	21
	パワーアップ ヨガ 10:30~11:30 笑みカフェ 13:30~15:00 (商店街)		せせらぎ演奏会 13:30~14:30	すくすく広場 (民 児協主催)	ひなたぼっこ 10:00~12:00 子育て サポートシステム 10:30~ 親の会13:30~	
22	23	24	25	26	27	28
	健康のたちより処 10:00~11:30 親の会 10:00~11:30	ちゅちゅくらぶ 10:30~11:20	楽しい大人の鍵盤 ハーモニカ 10: 00~11:00	すくすく広場 (民 児協主催) 楽 しい台所 11:00 ~13:00		
29	30	31	2月1日	2	3	4
	健康体操講座 13:30~15:00		貸館受付日 9:30~11:30 せせらぎ演奏会 13:30~14:30	すくすく広場 (民 児協主催)	ミュージカル ダンス 9:30~10:30 10:30~11:30	
5	6	7	8	9	10	11
			お元気すくすく 10:00~11:30 (富岡ふれあい ハウス)	すくすく広場 (民 児協主催) 楽しい大人の鍵盤 ハーモニカ 10:00~11:00		

*黒字は地域向けまたは高齢者、青字は子ども向けです

★詳しくは裏面をご覧ください。



お問合せは 富岡地域ケアプラザ 電話 771-2301

講座のご案内



対象者	講座名	内容	開催日
高齢者	がんばらない体操の会	椅子に座っての体操	毎月第2月曜 10:30~
	楽しい台所	簡単料理	毎月第4金曜 11:00~
	健康体操講座	高齢者の健康づくり	1月30日(火) 13:30~15:00
地域向け	健康のたちより処	健康チェック(握力、ツーステップ、立ち上がり、BCチェッカー)	毎月第4火曜 10:00~
	笑みカフェ	認知症サポートカフェ	毎月第3火曜 13:30~
	せせらぎ演奏会	演奏会	毎月第1・3木曜 13:30~
	パワーアップヨガ	ヨガ	毎月第3火曜 10:30~
	介護者のつどい	介護をしておる方、されていた方などのお話しの場	毎月第3土曜 13:30~
子育て	ちゅちゅくらぶ	1月 ふれあい遊び	毎月第4水曜 10:30~11:20
	ミュージカルダンス	ダンス	毎月第1土曜 9:30~ 10:30~
障がい児者	ひなたぼっこ	食事作り、外出等	毎月第3土曜 10:00~
	親の会	保護者の情報交換会、勉強会	毎月第4火曜日10:00~
	親の会	ゆたかカレッジについて	1月20日(土) 13:30~15:00

☆詳しくは職員にお問い合わせください。



富岡地域ケアプラザ
☎ 771-2301