

9月の募集講座

ゆうゆう元気体操教室（後期）

開催日 10/2・11/6・11/20・12/4・12/18
1/15・2/5・2/19・3/5・3/19（水）

やさしいコース 9:30~10:30

しっかりコース 11:00~12:00

募集期間 9月2日~9月6日

募集人数 各コース10名（抽選あり）

強度の違う二つのコースで半年10回の講座です！



初心者向け手びねり陶芸体験会

開催日 10月31日・11月7日14日

12月12日（木） 午後1時半~3時半

募集期間 9月24日~10月4日

募集人数 6名（抽選あり）。

※陶芸初心者が対象です

小皿や茶碗を作ってみましょう。

最終日には自分で作った器で茶話会をしましょう！



講座の情報は左記ホームページや

SNSでもご覧いただけます。

9月の申し込み予定

花体操 日程 10月3・10日(木)

①午前9時半～ ②午前11時～

参加受付 9月19日(木)から

長寿マッサージ 10月8・22日(火)午後1時～

参加受付 9月2日(月)から

※詳しい内容についてはお問い合わせください。

申し込み不要(直接ご来館ください)

盆踊り教室 午後6時半から7時半

9月13・27日(金)



イス体操 午後1時半から2時半まで

9月19日(木)

ストレッチ体操 9月26日(木)午前9時半～

朝の座禅会 午前9時半から10時半まで

9月3・10・17・24日 いずれも(火)

夏の多世代交流フェア実施レポート!

新しい体験に皆さん笑顔で楽しんでいる様子でした!!



お問い合わせ

シルバープラザ梅若 梅若ゆうゆう館

〒137-0037 墨田区墨田7-4-4 (代表)03-5630-8008

