

第14回 旭北ふる里まつり



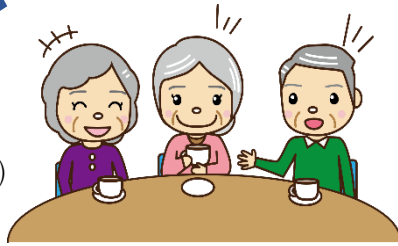
- 【作品展】7/21(金)・7/22(土) 10時～18時 7/23(日) 10時～13時終了
- 【場所】上白根コミュニティハウス
- 【展示内容】絵画・書道・写真・彫刻・折り紙細工等各種創作品
- 【出店】7/22(土)上白根ふる里公園 13時～20時半
射的等のゲーム、食べ物や飲み物の出店
- 【イベント】7/22(土)同上 16時～ダンス(コミサール)、吹奏楽(上白根北中)他
スペシャルゲスト/サクソ奏者 渡辺てつさん・harunaさん
- 【主催】旭北地区社会福祉協議会
- 【協賛】旭北Eフレンズ・上白根コミュニティハウス

自主事業	日時(当月/次月)	対象定員	費用 事前申込	持ち物
やさしいヨガ教室	7/4・8/1(火) 10:00～11:00 毎月第1(火)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	上履き・タオル・飲物・ヨガ マット又はバスタオル
インナーマッスル体操	7/6・8/3(木) 13:00～14:30 毎月第1(木)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	上履き・タオル・飲物
パソコン個人相談室	7/10・8/14(月) 13:30～15:40 毎月第2(月)開催	①13:30～ ②14:40～ 各回3名	500円/1時間 毎月11日より予約受付 10:00～来館or電話	PC・筆記用具・上履き
大人のリラックス&ストレッチ	7/19・8/23(水) 10:00～11:30 毎月第3(水)開催	一般 20名	400円 なし(先着順)	上履き・タオル・飲物・ヨガ マット又はバスタオル
くらサホ°サロン/お茶飲み場 (イベント有)	7/19(水)8月休み 13:30～14:30 毎月第3(水)開催	一般 20名	7月より100円 なし(先着順)	上履き・7月より お茶のみ提供(お菓子無し)
おーちゃんのおはなし会 (絵本の読み聞かせ・手遊び)	7/14・8/18(金) 10:30～11:00 7月のみ第2(金)開催/通常毎月第3(金)開催	親子 10組	無料 なし(先着順)	上履き・飲物
せせらぎ歌の会 (お茶1本・歌集付)	7/13(木)8月休み 10:00～11:30 毎月第2(木)開催	一般 40名	200円 事前予約(電話・来館先着順) 7/13開催⇒6/12の10時～ 9/14開催⇒来月お知らせ	上履き・飲物・外履きを入 れる袋/歌唱時マスク任意

くらサポサロン

7月19日(水)
13:30~14:30

参加費：100円(お茶のみ提供)
定員：20人(事前予約なし)
対象：一般
持ち物：上履き ※8月のくらサポサロンはお休みです



しばらくお茶の提供を中止しておりましたが7月より再開させていただきます。但しお菓子に関しましては9月より検討しておりますので今しばらくお待ちください。
以前のように皆様に喜んでいただける「憩いの場」にしたいとスタッフ一同思っております。

家族でポッチャの体験会 8月20日(日) 13:00~16:00

参加費：無料
定員：30人(事前予約)
対象：一般及親子・お友だち
(子どもは小学生~中学生まで)
持ち物：上履き・飲物・汗拭きタオル
7/11(火)10:00~電話・来館受付



家族やお友だちと一緒に「ポッチャ」の体験しませんか。
初心者大歓迎です。
三人一組のチームを作りますのでお申込みも三人一組でお願いします
(一人又は二人参加もOKですがこちら側にて人数の調整をさせていただきます)

7月カレンダー

2023年6月20日現在

日	月	火	水	木	金	土
<p>日程は変更になる場合があります。予めご了承願います。 こちらに記載のサークルさんをご紹介できる団体のみ載せております。</p> <p>★印は当館の自主事業です。お気軽にご参加下さい。</p>						1
2	3 書道部如月会	4 大正琴キンモクセイ 上白根CH英語クラス フォークダンスマリン あすか書写会(ペン習字) ★やさしいヨガ教室 10:00~11:00	5 アバカス12(算盤)	6 ★インナーマッスル 13:00~14:30	7	8 Friends(英会話) 和楽会銭太鼓 リリーの会(生け花)
9	10 モミの木英会話サークル フラワー粘土教室 書道部如月会 ★PC個人相談室 13:30~14:40~	11 ひよこ(洋裁) コーラスすずらん 美德を学ぶ会(勉強会) 鬼頭書道会(書道・硬筆)	12 新婦人の会 川崎吟友会 パソコン教室2017	13 ルーシー・イム(タイヨカ) 水彩の会 ★せせらぎ歌の会 10:00~11:30	14 くりの会(俳画) 気功体操 ★おーちゃんのお話し会 10:30~11:00	15 Friends(英会話) かたアの会(フラワーアレンジ) 和楽会銭太鼓 そば工房 ゆかいな麵々
16 	17海の日	18 休館日	19 あすか書写会(ペン習字) Ralph(ヒップホップダンス) ★リラックスストレッチ 10:00~11:30 ★くらサポサロン 13:30~14:30	20 ルーシー・イム(タイヨカ)	21 ふる里祭り文化祭	22 ふる里祭り文化祭
23 ふる里祭り文化祭	24 フラワー粘土教室	25 フォークダンスマリン 上白根CH英語クラス ひよこ(洋裁) 大正琴キンモクセイ コーラスすずらん 美德を学ぶ会(勉強会) 鬼頭書道会(書道・硬筆)	26 アバカス12(算盤) 川崎吟友会 パソコン教室2017 Ralph(ヒップホップダンス)	27 ラウレア(フラダンス) フラワーアレンジさくら 水彩の会	28	29
30	31 気功体操					

みんなが楽しめる、地域に求められる「コミュニティハウス」をめざして…。ご意見・ご要望をおまちしております。
電話：045-954-1691 FAX：045-954-1692
URL：http://kamishirane-ch.roukyou.gr.jp/