

コミュニティふらっと方南 令和6年9月お知らせ

コミュニティふらっと方南は小さなお子様から、年配の方までご利用できます。
 ”ふらっと”お立ち寄りいただき、新たな出会いをお楽しみください。
 皆様のご利用をお待ちしております。



※下記の事業は、年齢を問わずどなたでもご参加いただけます。尚、都合により日時が変更になる場合がありますので、
 お問い合わせ・お申込み等、コミュニティふらっと方南までご連絡をお願い致します！

プログラム	開催日	時間	部屋	参加費
墨絵教室	1日・15日(第1・第3日曜)	9:30~12:00	第1・第2集	1回 1,000円
ゆうゆうフラ	13日・27日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
親子リトミック	25日(第4水曜)	乳児クラス ①10:00~10:40	多目的ルーム	① 大人 1回 1,000円
		2~3歳児クラス ②10:50~11:30		子供 1回 800円
筋トレ&ストレッチ	11日・25日(第2・第4水曜)	13:00~14:00	多目的ルーム	1回 600円
ゆる体操	6日(第1金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
手話ダンス	7日(第1土曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 1,000円 (高校生以上)
				1回 500円 (中学生以下)
リコーダーさろん	10日(第2火曜)	17:00~18:30	多目的ルーム	1回 600円
大人のぬり絵	11日(第2水曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
歌声さろん	16日(第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
書道教室	19日(第3木曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
	22日(第4日曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
パステルアートさろん	16日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
映画会	2日(第1月曜)	10:00~12:00	多目的ルーム	無料
	21日(第3土曜)	15:30~18:00		
ガムランコンサート	22日(年間4回第4日曜)	14:00~15:30	多目的ルーム	高校生以上 1,000円 中学生以下 500円 2歳以下 無料
ラウンジに花を咲かせ隊	27日(第4金曜)	14:00~15:00	1Fラウンジにて	無料

上記プログラムは全て要予約となります。お電話、又はメールでお申し込みください。尚、すべて長寿ポイント対象事業です。
 参加された75歳以上の杉並区民の方に、生きがい活動としてポイントシールを1ポイントさしあげています。

健康をチェックしてみませんか!

開催日: 2024年9月11日(水曜日)

時間: 12:00~15:00

参加費: 無料

場所: コミュニティふらっと方南・1階 ラウンジ

内容: 血管年齢・ベジチェック(野菜摂取量を推定)



ジャワのガムランと舞踊のコンサート

日時: 9月22日(日) 14:00~15:30

場所: コミュニティふらっと方南 多目的ルーム

入場料: 大人 1000円
中学生以下 500円
2歳以下 無料



【お申込み/お問い合わせ】

お申込み先: コミュニティふらっと方南
 受託事業者: NPO法人 さらプロジェクト

住所: 杉並区方南1-27-6 TEL: 03-3322-4225
<https://www.sara-project.or.jp/>

