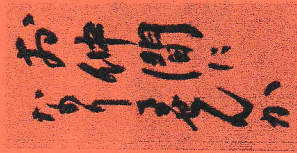
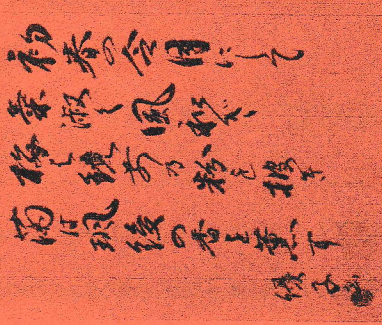


対象：子どもから大人まで



書道教室

日曜

書道が初めての方も、ご自分の作品を書いてみませんか？

4回コースで、当館の秋祭(11月)での作品展示を目指しましょう！

日時：7月28日(日)、8月25日(日)

9月22日(日)、10月27日(日) 計4回

各回 10:00～12:00

11月17日(日):作品展

場所：コミュニティふらっと方南・第1・第2集会所
(杉並区方南1-27-8)

講師：鈴木優子 参加費：1回 600円

定員：16名(要予約) コミュニティふらっと方南受付、又はお電話・メールでお申込を！
Tel: 03-3322-4225
E-mail: hounan@sara-project.or.jp →



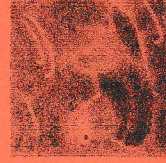
この事業は長寿花壇ポイント対象事業です。参加された60歳以上の杉並区民の方に「いきがい活動」としてポイントシール1ポイント分を差し上げます。

主催：NP0法人 さくらプロジェクト <https://www.sara-project.or.jp/> <https://www.facebook.com/hounanan/>

パステルアート さろん

みんなと楽しくおしゃべりしながら、
素敵なアート作品を作ってみませんか？

初めての方も、絵に自信のない方も、型紙を使って簡単に描けます。
配置の仕方や色の使い方によって、
描く人の個性あふれる作品が生まれるのが不思議！



開催日時：毎月第3月曜日 13時～14時30分

場所：コミュニティふらっと方南 第1集会所

参加費：600円(材料費込み) 定員：10名

要予約：コミュニティふらっと方南受付
又はお電話・メールでお申込を！
Tel: 03-3322-4225



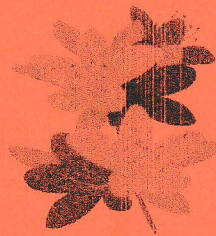
E-mail: hounan@sara-project.or.jp →
<https://cf-hounan.sara-project.or.jp>

↑ホームページ

この事業は長寿花壇ポイント対象事業です。参加された60歳以上の杉並区民の方に「いきがい活動」としてポイントシール1ポイント分を差し上げます。

コミュニティふらっと方南 令和7年5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。



※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
ゆる体操	2日(第1金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
歌声サロン	2日(第1金曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
	19日(第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
墨絵教室	4日・11日(第1・第2日曜)	9:30~12:00	第1・第2集	1回 1,000円
映画会	5日(第1月曜)	10:00~12:00	多目的ルーム	無料
ゆうゆうフラ	9日・23日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
リコーダーサロン	13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	14日(第2水曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
筋トレ&ストレッチ	14日・28日(第2・第4水曜)	13:00~14:00	多目的ルーム	1回 600円
書道教室	15日(第3木曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
パステルアートサロン	19日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
ラウンジに花咲かせ隊	28日(第4水曜)	14:00~15:00	1Fラウンジ	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60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。

お知らせ！ コミュニティふらっと方南 行事 日 ボランティア募集!!

日時：令和7年 5月 18日(日) 10:00~15:00

催し物：バンド演奏 空手演武 阿波踊り 南京玉すだれ
 漫才と落語 よさこい 南米のハーフ・アルパ演奏
 缶バッジ作り フリーマーケット

出張販売：駄菓子・焼き菓子・パン・ピザ・おむすび・キッチンカーなど

【お申込み】コミュニティふらっと方南 住所:杉並区方南1-27-8 TEL:03-3322-4225 Mail:hounan@sara-project.or.jp

<ホームページ> <https://cf-hounan.sara-project.or.jp> <Facebook> <https://www.facebook.com/hounankan/>



受託事業者: NPO法人 さらプロジェクト <https://www.sara-project.or.jp/>