

中高生の皆さん

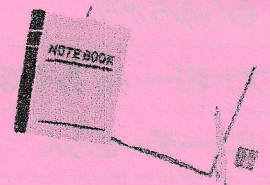


WELCOME TO

コミュニティふらっと方南

7月25日より

週1 自習室開放



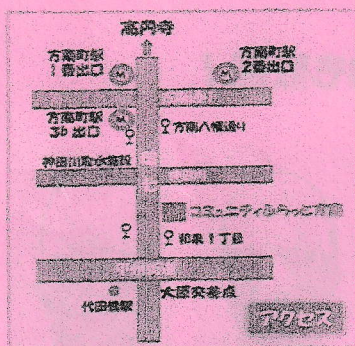
毎週金曜日 15:00～20:00 (10/24を除く)

場所: コミュニティふらっと方南 第1 または 第2 集会室

定員: 15名程度 無 料

初回お申し込みの際にカードを作成します。

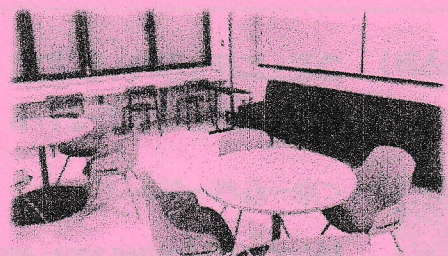
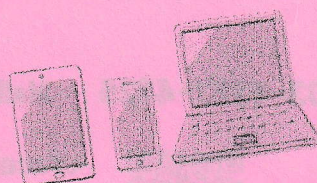
その後はカードを提示して、好きな時間に事前予約なしに、ご利用できます。



- ・東京メトロ丸の内線「方南町」徒歩12分
- ・京王線「代田橋」徒歩15分
- ・都営バス・京王バス「和泉一丁目」下車徒歩1分

コミュニティふらっと方南
(ドン・キホーテのすぐ近く)
杉並区方南1-27-8
TEL: 3322-4225

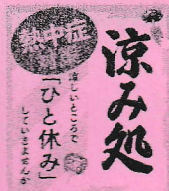
その他、ラウンジではいつでも
勉強したり、ネットを使ったり、
おしゃべりしたり、まったりしたり、
自由にご利用できますよ！



受託事業者 NPO 法人 さらプロジェクト

<https://www.sara-project.or.jp/>

<https://www.facebook.com/hounankan/>



コミュニティふらっと方南 令和7年8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のご利用ができます。
いろいろな催しの企画があります。ふらっとお立ち寄りください。



※都合により日時が変更になる場合があります。お申込みは、コミュニティふらっと方南まで！

プログラム	開催日	時間	部屋	参加費
ゆる体操	1日(第1金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
歌声サロン	1日(第1金曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
	18日(第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
墨絵教室	3日・17日(第1・第3日曜)	9:30~12:00	第1・第2集	1回 1,000円
映画会	4日(第1月曜)	10:00~12:00	多目的ルーム	無料
	16日(第3土曜)	15:30~17:30		
ゆうゆうフラ	8日・22日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
ファミリー de あそぼう	9日(第2日曜)	10:30~12:00	多目的ルーム	一家族 100円
リコーダーサロン	12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	13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	13日・27日(第2・第4水曜)	13:00~14:00	多目的ルーム	1回 600円
パステルアートサロン	18日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
書道教室	21日(第3木曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
日曜 書道教室	24日(第4日曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
ラウンジに花咲かせ隊	27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。

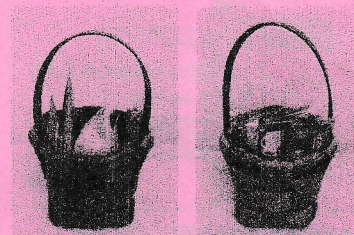
<自主事業> 紙バンドで、可愛いかごを作ろう

年齢を問わず、どなたでも作れます。親子での参加も歓迎！

日時：8月22日(金) 10:30~12:00

場所：第3集会室 定員：8名(要予約)

参加者：小学生 参加費：無料 材料費300円
中学生以上 参加費：500円 材料費300円



【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/>