

謹賀
新年

2023 年は一もに一だより 冬号



❀ サークル活動のご案内 ❀



ピラティス

太田南支部
主催

毎週 (火) 9:30~11:30

自己負担金: 300円 (要申込)

- ★ ピラティスは安本和江先生を招いて開催しています。激しい運動ではありませんが、血行が良くなり体がぽかぽか温まります。



やさしい体操交流クラブ

毎週 (水) 9:30~12:00

自己負担金: 300円 (要申込)

- ★ ボディローリング、エアロビクスを安本和江先生に教わりながら実施しています。
- ★ リンパ・ロコモ体操は太田南支部の方がインストラクターとなり実施しています。

硬筆・毛筆教室

★子供向け(小学生・幼児)

- 1.月謝(回数) 硬筆のみ(4回)…2,500円
毛筆のみ(4回)…3,000円
硬筆、毛筆(5~6回)…3,000円
幼児…1500円
※別途テキスト代 300円

2.指導日時 毎週 水・金曜日 15:00~17:00
(16:30までにお入り下さい)

3.指導時間 1時間程度(幼児は40分)

4.休会・退会 お申し出ください。

※体験入会も可能です。
ぜひお問い合わせください。

講師 石田 聖美
文部省学習指導要領準拠
日本教育書道研究会



◇は一もに一カフェのご案内◇

南ブロックでは、支部の方々のご協力のもと、「は一もに一カフェ」を開催しています。飲み物(コーヒー、紅茶)やバザー(野菜、食品、小物)を中心とし、小物作りのワークショップも行っています。少しずつ以前のように活気が戻ってきています。おしゃべりや交流の場として開催しています。ぜひお越しください。

【開催日時】	1/19 (木)	10:00~12:00
毎月 第3木曜日	2/16 (木)	10:00~12:00
	3/16 (木)	10:00~12:00



※詳細はお問い合わせください。新型コロナウイルス感染状況により中止や内容が変更となる場合がございます。予めご了承ください。

「みんなの健康」配布ボランティアを募集しています

みんなの健康を配ってくださる方を募集しています。

自宅周辺などを15軒ほどからお願いしています。

散歩のついでに配ってみませんか?



- ★新型コロナウイルス感染予防対策強化中です。各行事に参加される際は、マスク着用 手指消毒など感染予防対策へのご協力をお願い致します。



消毒しよう

高松南組合員センター は一もに一
 住所 高松市太田上町 228 TEL 087-888-7172 FAX 087-888-7173
 携帯 080-9690-2100 【担当: 齋藤】



マスクしよう