



なこそホームだより

いわき市金山町朝日台1番地
いわき市勿来勤労青少年ホーム

H29年9月1日発行 第531号 URL <http://www.iwaki-ec.or.jp/nakoso/>
TEL・FAX 0246 (63) 2879



残暑お見舞い申し上げます

『勤労青少年の日』記念事業
平成29年度 勿来ホーム祭

9月24日（日）午前9時30分より

『勿来ホーム祭』を開催します

講座・サークルの皆さんが日頃の活動成果を地域住民の皆様にご披露いたします。

主な催し

<p>☆料理販売 【限定】 『山菜おこわ』 ☆手づくりパン 【限定】 『ピザパン』</p>	
<p>☆ビーズアクセサリー 【限定 無料】 『ビーズ体験』 ☆茶道お点前披露 【限定 無料】 『お抹茶提供』</p>	
<p>「模擬店」 ☆【限定】 『フランクフルト』 『ポップコーン』 『ジュース』 ※ いずれも無くなり次第終了</p>	
<p>「作品展示」 ☆着付け・華道・フラワーアレンジメント・パッチワーク</p>	
<p>「成果発表」 ○ZUMBA ○シェイプアップ with Dance ○ヨガ ○バランスボール・ピラティス ○死生観&アロハエクササイズ ○フォークダンス ○フラダンス ○太極鞭杆 ○社交ダンス ○オカリナ演奏</p>	
<p>「職業相談コーナー」 ☆予約不要・無料</p>	
<p>♥バザー ♥卓球大会 ♥クロリティー大会 ♥テニス大会 (10/22)</p>	

利用者の皆さん



＊ 熱中症には気をつけて ＊

いつでもどこでもだれでも条件次第で熱中症にかかる危険があります。正しい予防法を知り普段から気をつけて熱中症を防ぎましょう。



◆◆9月の講座ご案内◆◆



講座	曜日	開催日	時間	講師	材料費	10月の予定
まかない料理	月	4日	18:00~20:00	堀 慶子	年間5,000円	2日
華道	月	11日	18:00~20:00	山崎 警子	翌月分前納 1,000円	16日
茶道	月	25日	18:00~20:00	馬上シヅエ	年間4,000円	23日
着付け	火	12日/26日	18:00~20:00	馬上由美子	無料	10日/24日
シェイプアップ with Dance	水	6日/20日	18:00~20:00	柴藪 典子	無料	4日/18日
パッチワーク	金	1日/15日	18:00~20:00	菅原 雅美	回ごとに変動	6日/20日
バドミントン	木	7日/21日	18:00~20:00	石井 美恵	年間1,000円	5日/19日
ヨガ	木	7日/21日	18:15~20:00	高木 正子	無料	5日/19日
フラワーアレンジメント	木	28日	18:00~20:00	渡邊久美子	翌月分前納 1,500円	26日
バランスボール ピラティス	木	14日/28日	18:15~20:00	高木 正子	無料	12日/26日
手づくりパン	土	9日	10:00~12:00	内ヶ崎春江	年間3,000円	14日
料理	土	2日	10:00~12:00	堀 慶子	年間5,000円	21日
ビーズアクセサリー	月	11日	18:00~20:00	村田 智子	回ごとに変動	30日
水子アン&エアロビ エクササイズ	水	13日	18:30~20:00	宮崎 浩子	無料	11日
ZUMBA (フィットネス)	土	2日/16日	10:00~12:00	高木 正子	無料	

※欠席の際は必ずご連絡ください。

9月の休館日

5日 (火) 10日 (日) 18日 (月) 敬老の日
 19日 (火) 23日 (土) 秋分の日