



2024年は一もに一だより 3.4月号



✿ サークル活動のご案内 ✿

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・・・1,500円

※別途テキスト代 500円

2.指導日 水・金曜日 15:00～17:00
(16:30までにお入りください)

3.指導時間 1時間程度(幼児は40分)

5.休会・退会 お申し出ください。

★体験入会もしています。

ぜひお問い合わせください。

講師:石田 聖美先生

文部省学習指導要領準拠

日本教育書道研究会



ピラティス

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ぼかぼか温まります。

太田南支部
主催

やさしい体操交流クラブ

毎週(水) 9:20～12:00

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。



◇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、「はーもに一カフェ」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、健康学習会や平和学習会などを同時に行っています。3月は「笑いヨガ」を行う予定です。毎回、楽しくおしゃべりや交流の場として開催しています。ぜひお誘いあわせの上、お越しください。

【開催日時】

3/21 (木) 10:00～12:00

4/18 (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。
ご協力いただける方は、下記へご連絡ください。



高松南組合員センター はーもに一
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:小池・岡本】

