

14
(火)

だれでも ヨガ講座

日時：10月14日（火）
11：00～11：45
定員：抽選で12名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：9月29日（月）



18
(土)

だれでもひろば

～障がいのある方もない方もゲーム
やアートで一緒に楽しもう～

日時：10月18日（土）
10：30～11：30
定員：抽選で12名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：10月1日（水）



24
(金)

だれでもダンス講座

～初心者OK！気軽に楽しく
カラダを動かそう～



日時：10月24日（金）
18：00～18：45
定員：抽選で12名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：10月8日（水）

15
(土)

だれでも 茶道体験

日時：11月15日（土）
10：30～11：30
定員：抽選で20名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：10月28日（火）



参加費
550円

15
(土)

みんなの健康体操 ～バリアフリー ビクス～

日時：11月15日（土）
14：00～15：00
定員：抽選で16名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：10月28日（火）



21
(金)

手作り缶バッジ ワークショップ

～自分だけの缶バッジをつくろう～

日時：11月21日（金）
18：00～18：45
定員：抽選で15名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：11月5日（水）



参加費
300円



7
(金)

だれでもひろば

～障がいのある方もない方も
ゲームやアートで一緒に
楽しもう～



「スパッタリング」というブラシなどで絵の具を
飛び散らせる方法で宇宙を描いてみよう！

日時：11月7日（金）
18：00～19：00

定員：抽選で12名
会場：さぽーとぴあ5階
申込〆切：10月22日（水）

