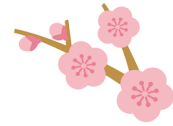




2月のプログラム



★ウォーキング/ランニング(初級・中級)しようぜ

初めての方はまずはウォーキングから。徐々に走るペースや距離を伸ばし、いずれは中級に?!

ウォーキング: 2/5(土) 14:00~16:00

ランニング初級: 2/12(土) 14:00~16:00 ランニング中級: 2/26(土) 14:00~16:00

★PC基礎講座

2/7(月)・2/25(木) 14:00~16:30

タイピングを中心にパソコンの基礎を覚えてみませんか? 専用ソフトで楽しく学べます。

★ものづくり講座

2/10(木)・2/24(木) 14:00~15:30

月替わりでものづくりに挑戦しています。

10日(木): ろー石をサンドペーパーで削って、ペンダントをつくります。

24日(木): 透明の容器に、色のついた砂を思い思いに入れて・・・サンドクラフトに挑戦しましょう!

★心のスキルアップ

2/12(土) 13:00~15:00

落ち込んだり、不安になることはありませんか? 毎日を心安らかに過ごす心の持ちかたを知りましょう。居場所からオンラインで参加します。

★お仕事のリアル「社会人に聞く」

2/14(月)・2/24(木) 12:00~13:00

企業で働いている方をゲストに迎え、「お仕事のリアル」に踏み込んでいきます。居場所からオンラインで参加します。

★就活研究会

2/14(月) 14:00~15:30

就職活動って何だろう! みんなで考えてみよう!

★アワー・オブ・コード

2/15(火) 13:30~15:30

パズルを動かしてゲーム感覚で、プログラミングを体験します。未経験の方も大歓迎です!

★ギター講座

2/15(火) 14:00~15:30

利用者さん発案の企画です。ギター好きな利用者さんが、ギター初心者の方のためにギターを教える講座です。

楽しく音を鳴らしてみよう♪

★お出かけ企画

2/17(木) 14:00~17:00

どこに行くかの企画からみんなで考えます。散歩を兼ねて散策しましょう!

★東プラ菜園づくり

2/18(金) 13:00~14:00

東プラにある小さい菜園では、秋冬野菜の種をまきました。一緒に土いじりをしながら、野菜を育ててみませんか?

★ゲーム大会

2/19(土) 14:00~15:30

クイズやゲームなどを通して、自然にみんなとコミュニケーションが取れるようになれると思います。

※何か特別なものは必要ありません。誰でも参加できます。

★マナー講座

2/22(火) 14:00~15:30

基本的な立ち振る舞いをみんなで学びましょう!

★マイクロビット講座

2/28(月) 14:00~15:30

超小型コンピューター“micro:bit”(マイクロビット)を使って、プログラミングを体験します。

初心者大歓迎! 「プログラミングに興味がある」「ゲームやパソコン操作が好き」まずは体験してみませんか?

※オンラインは、ZOOMにて参加していただきます。