niccot にこっと

SENNAN_SHAKYO

みんなの居場所づくり「niccot にこっと」
どなたでもお越しください。複数でもご参加していただけます。
たくさんの方の参加で、和気あいあいとしたくつろぎの場になることを目指しています。

2024　2　February

日	月	火	水	木	金	土
28	29 午前	30	31	1	2	3
	午後					
4	5 午前	6	7	8	9	10
	午後		♪スマホ教室			
11	12 午前	13	14	15	16	17
	午後					
18	19 午前	20	21 ♪健康マージャン	22 ★花の寄せ植え	23	24
	午後		♪健康マージャン			
25	26 午前	27	28 10:00～11:00 ♪呼吸を感じる優しいヨガ	29	1	2
	午後			詳細は裏面へ⇨		

午前は10:00～12:00
午後は13:30～15:30

水分補給のため、
飲み物は各自でご用意ください♪

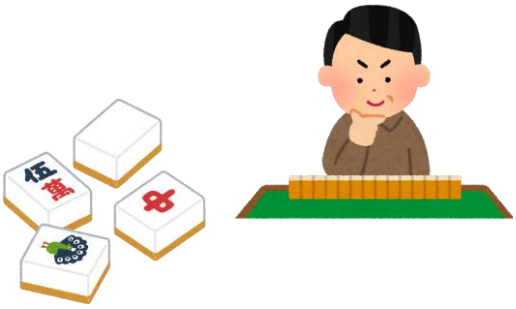
※内容が変更になる場合があります。
※★♪については、定員に限りがあるため**申込みが必要**です。
※★については、**受講料金（材料費など）**が必要になりますので、当日お持ちください。
※手話通訳等配慮を希望の方は申込み時（２週間前）にお知らせください。

【申込み・問合せ】　泉南市社会福祉協議会
住所：泉南市樽井１丁目８番47号
TEL：482-1027　FAX：482-1618

開催場所は、
泉南市総合福祉センター（あいぴあ泉南）
３階　団体活動室３

♪スマホ教室（7日　午後）

定員１０名
スマホの使い方がわからない方、困っている方、
わかる範囲で職員がお伝えさせていただきます。



♪健康マージャン（２１日午前・午後）

定員８名
賭けない・飲まない・吸わない健康的な環境で
指先を使い、頭を働かせて脳を活性化させ、
コミュニケーションを楽しみませんか？

★花の寄せ植え（２２日 午前）

ハンギング（壁掛けの鉢）に春の花の寄せ植えをしませんか？
定　員　１５名程度
材料費　　１０００円
持ち物　エプロン・持ち帰り用袋・ビニール手袋

※写真はイメージです

♪呼吸を感じる優しいヨガ（２８日 １０：００～１１：００）

定員１０名　持ち物　ヨガマット持参（大きいバスタオル可）
呼吸を深めること、自律神経を整えることを目的とした優しいヨガです

上記の【 ♪ 】または【 ★ 】に関しては、申込みが必要となります。
１月４日（木）～２６日（金）まで（申込み順になります）
定員になり次第、受付を終了いたします。（土・日・祝は除く）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため感染対策を行っております。
37.5℃を超える発熱、体調不良の際はご参加を見合わせてください。

この事業は共同募金の配分金により実施するものです