

ふれあいセンター若葉台

稲城市若葉台 4-5 若葉台小学校内

※若葉台小学校の駐車場の門からお入りください。

☎ 042-204-0048 (直通電話)



開館日：月・水・金曜日午前10時～午後3時(祝日は休館)

※小学校の駐車場には駐車できません。自転車はふれあいセンター前に駐輪できます。

5月のプログラム

☆東京ポイント相談

日時：13日(水)

12:00～14:00

20日(水)・27日(水)

10:30～12:00

「東京アプリ」に登録して、「東京ポイント」11,000ポイントをもらおう！

持ち物：スマホ、マイナンバーカード



☆ちょこっと相談室

日時：29日(金)

13:00～15:00

「ちょこっと相談室」は、ご自分の講座やイベントを地域住民の皆様に提供したいと考えている方が、コーディネーターと相談したり、試したりできる場所です。予約の上お越しください。



☆ミニかご作り

日時：29日(金)

10:00～12:00

紙コップと毛糸でかご風小物入れを作ります。



☆ボードゲーム

日時：8日(金)

10:00～12:00

みんなでゲームを楽しみましょう♪



☆太極拳

日時：8日(金)・22日(金)

13:00～15:00

13日(水)

10:15～12:00

年齢を問わず今からでもできます。

ゆっくり動いて

しっかり元気に！

持ち物：上履き、飲み物

※運動ができる服装でお越しください。



☆絵本で癒しタイム

日時：18日(月)

13:30～15:00

ゲスト：絵本作家 鈴木びんこさん「聴導犬と絵本のお話」



☆将棋の日

日時：20日(水)

13:00～15:00

将棋を楽しみましょう！
囲碁もあります。



☆ボッチャ・公式輪投げ

Boccia

日時：11日(月)・

18日(月)・25日(月)

10:00～12:00

ボッチャは、老若男女、障害の有無に関わらず、すべての人が楽しめるスポーツです。一緒に遊んでみませんか？

※公式輪投げは、いつでもできます。



☆健康吹矢

日時：11日(月)・25日(月)

13:00～15:00

18日(月)

10:00～12:00

※時間にご注意ください

初心者大歓迎！

吹矢で楽しく健康

づくりをしてみませんか？

初回のみ参加費100円



☆「ふれ若フレンズ」大募集！

ふれ若情報を得たい人、気軽に

お手伝いしたい人にメール

で情報を提供

しています。

QRコードから

どうぞ！






ふれあいセンター若葉台 カレンダー



開館時間 月・水・金 10:00～15:00

ふれ若はどなたでも来られる安心な居場所です。

月 火 水 木 金 土 日

 ホームページ				1	2 3
				10:00-15:00 通常サロン	
4	5	6	7	8	9 10
休み		休み		10:00-12:00 ボードゲーム 13:00-15:00 太極拳	
11	12	13	14	15	16 17
10:00-12:00 ポッチャ 13:00-15:00 健康吹き矢		10:15-12:00 太極拳 12:00-14:00 東京ポイント相談		休み 9:00-10:00 役員会 10:00-12:00 定例会	
18	19	20	21	22	23 24
10:00-12:00 ポッチャ 健康吹き矢 13:30-15:00 絵本で癒しタイム		10:30-12:00 東京ポイント相談 13:00-15:00 将棋の日		10:00-12:00 通常サロン 13:00-15:00 太極拳	
25	26	27	28	29	30 31
10:00-12:00 ポッチャ 13:00-15:00 健康吹き矢		10:30-12:00 東京ポイント相談 12:00-15:00 通常サロン		10:00-12:00 ①ミニかご作り ②稲城繁盛節 13:00-15:00 ちょこっと相談室	

予定は変更する場合がありますので
ご了承ください。

電話 042-204-0048