

6月のお知らせ

梅雨の季節ですが、暑い日が続きます。熱中症対策として、水分補給を心がけましょう。

体組成測定（西保健福祉センター協力）

日時・5月31日（午後1時～） 場所・ハーモニー

- A 全身チェック, 推定骨量 B 体型判定
- C 代謝量, 内臓脂肪レベル D 部位別筋肉量, 体脂肪量
- E 筋肉量, 左右バランス F 測定状態
- G 履歴

3月に制作した、陶芸のお雛様が焼きあがりました。

なかなかの
出来栄です。



令和5年6月 発行：特定非営利活動法人(NPO法人) Chacha House
コメディ・ハウス「ハーモニー」
住所：茨木市西駅前町 13-16 南海堂ビル1F
電話：072-631-1414



お知らせ

～6月のいきいき体操～

<日時> 6/2(金) 6/9(金)

6/16(金) 6/23(金) 6/23(金)

～脳トレスマホで遊ぼう～

6/7 (水)



<時間> 10～12時 無料

<場所> 春日丘公民館

<お問い合わせ先>

コミュニティハウス「ハーモニー」

茨木市西駅前町 13-16 南海堂ビル 1F

TEL : 072-631-1414



<<6月のイベント・メニューカレンダー>>

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				毛筆習字 スマホ教室	ポルトガル 刺繍	自由な 時間
4	5	6	7	8	9	10
		着物 リメイク	自由な時間	スマホ教室 プルタブ	着物 リメイク	自由な 時間
11	12	13	14	15	16	17
		自由な 時間	自由な時間	絵手紙 初心者麻雀	実用習字	自由な 時間
18	19	20	21	22	23	24
		詩吟	洋服リメイク	スマホ教室 プルタブ	ポルトガル 刺繍	自由な 時間
25	26	27	28	29	30	
		自由な 時間	洋服リメイク	スマホ教室 プルタブ	ポルトガル 刺繍	

<<利用料>>

午前(10時~12時)…200円

午後(13時~16時)…300円

昼食のみ…500円

午前+昼食+午後…750円

T e l 072-631-1414



☆食事は日替わりメニューです。何が出てくるかはお楽しみ♪!(^^)!