

8月のお知らせ

ハーモニーの夏休みは、11日～16日です。

(土曜日の麻雀はあります)

8月2日 | ストレッチ体操教室

8月から、体育大出身のインストラクター松本先生指導のストレッチ体操教室が始まります。

毎月第一水曜日(10～12時)無料でご参加いただけます。

皆様のご参加をお待ちしております！

8月17日 | 大飲原発見学会

毎週木曜日 | 健康器具を使用しての運動

ハーモニーの2階に設置の健康器具を使用しての運動を始めました。毎週木曜日の10～12時に行います。ぜひご参加ください。

令和5年8月 発行：特定非営利活動法人(NPO法人) Chacha House
コミュニティハウス「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

～8月のいきいき体操～

<日時> 8/4(金) 8/18(金) 8/25(金)

～ストレッチ教室/松本先生～

<日時> 8/2(水)

～脳トレ スマホで遊ぼうアプリの使い方～

<日時> 8/9 (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



<<8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	4	5
		着物リメイク	自由な時間	毛筆教室 スマホ教室	着物リメイク	自由な時間
6	7	8	9	10	11	12
		自由な時間	自由な時間	プルタブ スマホ教室		自由な時間
13	14	15	16	17	18	19
夏季休暇				原発予定 見学	実用習字	自由な時間
20	21	22	23	24	25	26
		詩吟教室	洋服リメイク	絵手紙 麻雀	ポルトガル 刺繍	自由な時間
27	28	29	30	31		
		ポルトガル 刺繍	洋服リメイク	スマホ教室 麻雀		

<<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♪!(^^)!