

9月スケジュール



8/23更新

営業時間 10:00~17:00/月曜定休
函館駅前ビル6階

日	月	火	水	木	金	土
1 健康体操 10:30-11:30 ¥300 健康麻雀 13:00-16:30 ¥300 定員12名※申し込み先着順	2 定休日	3 ふらっと大門なごみ (ゆる元体操)10:30-11:30 ★スマホ教室10:30-12:00 ーソフトバンク株式会社ー	4 ディスコダンス10:30-12:00 ¥300 健康体操 14:00-15:00 ¥300 英会話 15:00-16:00 ¥500 定員10名※予約受付中	5 創作舞踊と輪踊り講座 13:00-14:30 ¥500 ロシア語講座(挨拶・言葉・お茶) 14:15-15:15 ¥500 書道教室 14:30-15:30 ¥500	6 新聞ちぎり絵13:00-15:00 定員10名※予約受付中 ¥300 社交ダンス(初級) 13:30-15:00 ¥300	7 囲碁教室10:20-12:30 着付け教室13:00-14:30 ¥700 初級健康体操 13:30-14:30 ¥300 アロマクラフト13:30-15:00 ¥800 定員6名※予約受付中 日本舞踊14:30-16:00 ¥700
8 ヨガ 10:30-11:40 ¥500 カポと一緒に歌ってステップ 13:00-14:15 ¥500 定員20名※予約受付中	9 定休日	10 ふらっと大門なごみ (ゆる元体操)10:30-11:30 クラブバンド10:30-12:00 定員6名※予約受付中 ¥800 中国漢方13:00-14:30 ¥600 定員10名※予約受付中 健康体操 14:00-15:00 ¥300	11 ディスコダンス10:30-12:00 ¥300 カポ歌声ライブ 13:00-14:30 ¥500 社交ダンス(経験者) 15:00-16:30 ¥500	12 つまみ細工13:00-15:00 定員20名※予約受付中 ¥800 ロシア語講座(挨拶・言葉・お茶) 14:15-15:15 ¥500	13 健康体操 14:00-15:00 ¥300	14 囲碁教室10:20-12:30 アートキャンドル10:30-12:00 定員10名※予約受付中 ¥800 フラヨガ13:00-14:00 ¥400 臨床美術14:00-15:30 ¥800 定員10名※予約受付中 若返り・美エクサ14:15-15:15 ¥400
15 健康体操 10:30-11:30 ¥300 ★★びんびんあるく ー12:00-17:00ー	16 定休日	17 ふらっと大門なごみ (ゆる元体操)10:30-11:30 観光ガイド13:30-14:30 ¥200 アンガーマネジメントキッズ 16:00-16:40 ¥500 (初回のみ+テキスト代 ¥200)	18 ディスコダンス10:30-12:00 ¥300 中国漢方13:00-14:30 ¥600 定員10名※予約受付中 健康体操 14:00-15:00 ¥300 英会話15:00-16:00 ¥500 定員10名※予約受付中	19 書道教室 13:00-14:00 ¥500 社交ダンス(初級) 13:30-15:00 ¥300	20 新聞ちぎり絵13:00-15:00 ¥300 定員10名※予約受付中 ¥300 創作舞踊と輪踊り講座 13:00-14:30 ¥500	21 囲碁教室10:20-12:30 ●アトナビ(耳つぼ・ハンドマッサージ) 11:00-17:00 ¥500/10分 初級健康体操 13:30-14:30 ¥300 着付け教室13:00-14:30 ¥700 日本舞踊14:30-16:00 ¥700 若返り・美エクサ15:00-15:45 ¥400 フラヨガ15:55-16:40 ¥400
22 ヨガ 10:30-11:40 ¥500 カポと一緒に歌ってステップ 13:00-14:15 ¥500 定員20名※予約受付中	23 定休日	24 ふらっと大門なごみ (ゆる元体操)10:30-11:30 ハーバリウム講座11:00-12:00 定員20名※予約受付中 ¥800 健康体操 14:00-15:00 ¥300	25 ディスコダンス10:30-12:00 ¥300 カポ歌声ライブ 13:00-14:30 ¥500 社交ダンス(経験者) 15:00-16:30 ¥500	26 臨床美術14:00-15:30 ¥800 定員10名※予約受付中 書道教室 14:00-15:00 ¥500	27 茶の湯12:00-14:00 ¥600	28 囲碁教室10:20-12:30 糸玉クラフト10:30-12:00 定員6名※予約受付中 ¥800 ★★三浦綾子文学読書会 ー10:30-12:00ー ¥100
29 健康体操 10:30-11:30 ¥300	30 定休日	<p>講師の都合などにより変更や中止の場合がございますので 予めご了承ください。 開催のお問合せ 26-1188</p>				

「あなたは、 ひんぴん ただしく 歩けていますか？」

正しく”あるく”ために必要なこと
医学の知識を持った理学療法士が
一人一人のカラダを分析し、
正しくあるくコツをご指導いたします。」

8月13日(日曜)

と

9月15日(日曜)

一部13:00~14:30

二部15:00~16:30

InBody

筋肉

脂肪

部位別に

わかる!



カラダのすみずみまで
チェック致します!

参加費：500円

ホームページ [ぴんぴんあるく](#) [検索](#)

申し込みは

もしくは

TEL 0138-83-1129

カラダ回復とフィットネススタジオ [ぴんぴんあるく](#)
函館市美原5丁目18-19



三浦綾子読書会

三浦綾子という作家をご存知でしょうか。旭川生まれでクリスチャン作家の彼女は人の原罪をテーマとした『氷点』の発表とともに、広く知られるようになりました。彼女の作品は『細川ガラシャ夫人』などの歴史小説、洋菓子店ニシムラの創設者を書いた『愛の鬼才』などの伝記小説、函館を舞台にした作品、エッセイなど多数あり、書き残された作品は100を超えます。明治時代、塩狩峠で実際に起きた列車暴走事故をテーマにした『塩狩峠』は新潮文庫の100冊に、今もお選ばれ続けている名作です。三浦文学を読んで生きる希望を見出した人は数知れません。

☆この三浦文学をご一緒に味わいませんか。

○日 時:9月28日(土) 10:30~12:00

○場 所:ふらっとDaimon 会議室

☆内 容:「道ありき」を輪読し、感想を交流。

☆参加費:100円

☆持ち物:お持ちの方は
三浦綾子著「道ありき」

*お持ちでない方にはお貸しします。販売も致します。



旭川春光台にある
「道ありき」
の文学碑

☎三浦綾子の作品を読んだことの無い方も、ある方も大歓迎です。

◎お問合せ: e-mail アドレス nakamaki132@gmail.com (中村)
携帯電話 (090-4876-4417)