



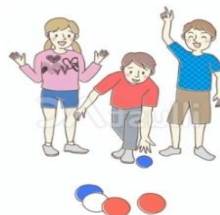
# 誰でも一緒に運動教室



共催



サンスポートながの



曜日 毎月 第4週目 日曜日

時間 13:30~15:30

場所 古間体育館(地域交流施設横)

参加費 会員は無料・会員以外は200円/回 ・ 家族参加(何人でも)300円/回

開催日 4/28 5/26 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/22 1/26 2/23 3/23

~障がいのある人もない人も、老若男女、みんなで一緒に楽しみましょう(^\_^)~

## この指☆ワークショップ



革の手縫い教室(アイダナ)さん  
6月に計画しています。

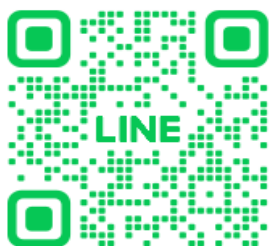
洋裁は  
秋に予定!

SUCCULENT SHOP  
**Takabocci**

多肉植物 高遠さん  
常時、ワークショップを受け付けています  
ただし事前の申し込みが必要です  
Tel 090-4864-8571 高遠まで!

※新聞折込はできないかもしれません。LINEで情報をいち早くお知らせします。

## LINE公式アカウントはじめました



「この指とまれ☆しなの」  
~」LINE公式アカウントはじめました~

左記のQRコードを読み取り  
「追加」ボタンを押してください

※何でもお気軽にお問い合わせください(\*^\_^\*)