

サークル(小組)体験会

に来てみませんか？

9月16日(土) 10:00~12:30 (受付9:50~)

総合コミュニティセンター 大集会室・団体室
(宇都宮市明保野町7-1)

10:00~11:00

<オープニング>

マンドリン演奏



みんなで歌おう♪ (ら・まあ~ゆ)

椅子に座って体操 (トトロ健康体操)



11:00~12:00

<体験会>

2階団体室にて
行います

好きなものを
体験できます!

太極拳



ゆっくり動いて筋力アップ!
転ばない体づくりに!

新聞ちぎり絵

(材料費:100円)

有機野菜BOX
紹介



SDGs

防災グッズづくり

新聞紙で防災スリッパ・
手提げ袋を作ります

毛筆・硬筆



毛筆:かな文字を学習します
硬筆:手持ちのボールペンか
万年筆をお持ちください
(材料費:100円)

12:00~12:30

<まとめ>

他にも、レザークラフト・ハンドメイド・小旅・食べ歩き・お話サロン・ヨガ・
絵手紙・ティンホイッスル・ツボ小組・和菓子作りなど20のサークルがあります♪

<お問い合わせ> 新日本婦人の会宇都宮支部 宇都宮市明保野町4-15

TEL/FAX 028-635-9025 ☒nfujin-u@sun.ucatv.ne.jp