

ひかりがおかちくさい  
★光が丘地区祭 オープン講座のお知らせ★



## フラワー

# アートフラワーでつくる ハロウィンチャーム

R8年 10月10日(土)

1:30～3:30 (最終受付 3:00) 先着20名



空いていれば予約なしでも参加  
できますが、すてっぷ利用者さん  
は席の予約ができます。

①1:30 ②2:00 ③2:30

希望の時間をお知らせください。

こうざ し



## ヨガ



# すわ イスに座ってヨガをしよう

R8年 10月11日(日) 1:30～4:00

★申し込みなしで参加できます。

★時間内であれば、いつでも、少しでも  
参加できます。お気軽にどうぞ♪

★室内が混み合っている場合には、  
少しお待ちいただくこともあります。



どちらも、すてっぷ交流室にておこないます。参加費は無料です。お申し込み(席の予約)は9月25日からです。