

フラットおおた イベントカレンダー

2024年3月



◆ は休館日（お休み）です
 ◆ プログラムは事前予約制ではありません。
 ふらっと参加可能です

今月のプログラム

1	金	10:00～11:00 旅する茶話会（岩手編）	17	日	
2	土	13:30～18:30 べえさんと音楽してみる	18	月	13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる
3	日		19	火	10:00～11:00 ヨガをやってみる 14:00～15:30 旅する茶話会（山形編）
4	月	13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる	20	水	
5	火	10:00～11:00 ヨガをやってみる 17:30～18:30 テーブルピンポン	21	木	10:00～11:00 午前10時の脳トレ 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる
6	水	10:00～11:00 午前10時の脳トレ	22	金	13:30～15:30 詩を作ってみる
7	木	13:30～15:30 「はじめてのソーイングキット」 でマスコットを作ってみる	23	土	14:00～15:30 女子会
8	金	12:45～17:00 ミュージカルを観に行ってみる ※別途案内あり	24	日	
9	土	14:30～16:30 べえさんと音楽してみる 17:30～19:00 ポイトレを試してみる	25	月	
10	日		26	火	13:30～15:00 毎日を“ごきげん”に過ごすために 最も大事な“たったひとつ”のこと 17:30～18:30 太極拳をやってみる
11	月	13:30～15:30 三つの仕事をする人に会ってみる	27	水	★ ぱるお休み ★
12	火	13:30～15:00 書道をやってみる 17:30～18:30 太極拳をやってみる	28	木	13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる 17:30～18:30 テーブルピンポン
13	水	★ ぱるお休み ★	29	金	
14	木	13:30～15:30 「はじめてのソーイングキット」 でマスコットを作ってみる	30	土	
15	金	13:30～15:00 なかじーの元気になるステップ	31	日	
16	土				

※13日（水）27日（水）の“ぱる”は
お休みです。

2024年3月

今月のおすすめ

3/11 月曜日 13:30～15:30
三つの仕事をする人に会ってみる
 支援者、ミュージシャン、Web制作者、三つの仕事をしている人に来てもらいます。どうして三つの仕事をするようになったのか、お話を聞いてみましょう。当日はキーボード演奏もしてもらえる予定です。

3/7,14 木曜日 13:30～15:30
はじめてのソーイングキット
でマスコットを作ってみる
 裁縫は初めてという人向き、ソーイングキットでマスコットを作りましょう。

今月の注目

3/8 金曜日 12:45～17:00
ミュージカルを観に行ってみる

12:45 JR蒲田駅改札前集合 入場無料
 先着10名（希望者はスタッフへ）

日本工学院・卒業公演「星の王子さま」を鑑賞しに行きましょう。先着10名になりますので、希望者は早めにスタッフへ声をかけてください。

食事の提供（夜のユースセンター）

☉マークのある火・木曜日に食事を提供しています。
 ※本事業は認定NPO法人育て上げネットが、日本財団からの助成を受け実施する事業です。

フラットおおた イベントカレンダー

2024年4月

◆ は休館日（お休み）です
 ◆ プログラムは事前予約制ではありません。
 ふらっと参加可能です

今月のプログラム

1	月	13:30~15:30 “液タブ”で絵を描いてみる	17	水	13:30~15:00 ころのスキルアップ
2	火	10:00~11:00 ヨガをやってみる	18	木	10:00~11:00 午前10時の脳トレ 13:30~15:30 ハンドメイドをやってみる
3	水	10:00~11:00 旅する茶話会（宮城編） 14:00~16:00 ビューティアップ講座	19	金	10:00~11:00 旅する茶話会（福島編）
4	木	※10:00~11:00 オンライン“ぱる” 13:30~15:30 ハンドメイドをやってみる	20	土	
5	金	★ 9:00~16:30 ぱるお休み ★ 17:00~18:00 女子会	21	日	
6	土	13:30~15:30 べえさんとギターを弾いてみる	22	月	13:30~15:30 “液タブ”で絵を描いてみる
7	日		23	火	★ ぱるお休み ★
8	月	13:30~15:30 “液タブ”で絵を描いてみる 17:30~18:30 テーブルピンポン	24	水	10:00~11:00 午前10時の脳トレ
9	火	10:00~11:30 本のことを話す会 13:30~15:30 絵をみて語ろう会	25	木	※10:00~11:00 オンライン“ぱる” 13:30~15:30 ハンドメイドをやってみる
10	水	10:00~11:00 午前10時の脳トレ	26	金	13:30~15:30 詩を作ってみる 17:30~18:30 太極拳をやってみる
11	木	13:30~15:30 ハンドメイドをやってみる	27	土	13:30~15:00 サメくんが皆に伝えたいこと
12	金	17:30~18:30 太極拳をやってみる	28	日	
13	土	13:30~15:00 なかじーの元気になるステップ	29	月	
14	日		30	火	10:00~11:30 本のことを話す会 13:30~15:30 “液タブ”で絵を描いてみる
15	月	13:30~15:30 “液タブ”で絵を描いてみる	※5日（金）は、9:00~16:30まで“ぱる”はお休みです。 23日（火）の“ぱる”はお休みです。		
16	火	10:00~11:00 ヨガをやってみる			

今月のおすすめ

4/3 水曜日 14:00~16:00
ビューティアップ講座
 資生堂さまのご協力により、基本的な身だしなみとしてのスキンケア、メイクアップ、ヘアケアを楽しく学ぶ講座です。募集人数先着10名。希望者はスタッフへお声がけください。

4/9 火曜日 13:30~15:30
絵をみて語ろう会
 絵画の見方は、人それぞれ。他の人には、どう見えているのか、語りあう会です。自分視点ではない絵画の見方を楽しみましょう。

今月の注目

4/9・30 火曜日 10:00~11:30
本のことを話す会
 好きな本の話や、どんな時に、どんな所で読んでるのなど、本に関することなんでも話しましょう。本好きな人、みんな集まれ！

4/27 土曜日 13:30~15:00
サメくんが皆に伝えたいこと
 サメくんが、悩むのを辞めて支援職についた理由、働くことの辛さと楽しさについて、人生で大切なことを皆に伝えます。

お知らせ

ご好評をいただいていた「毎日を“ごきげん”に過ごすために最も大事な“たったひとつ”のこと」は、4月から「ころのスキルアップ」に変更します。ころの元気をテーマに新しい講座が始まります。

2024年 4月