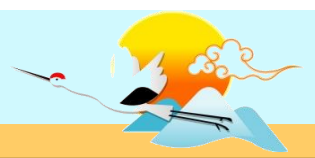




# 千本プラザ 1月の催し物案内



今月の休館日1日(月)・2日(火)・3日(水)・15日(月)

日	曜日	会場	行事名	開始時間	主催・問合せ先	入場料・申込み・その他
5	金	集会室	すこやか沼津役員会	13:30	沼津市老人クラブ連合会 962-3691	役員
7	日	音楽ホール 多目的ホール	第二地区成人式	10:00	第二地区青少年を健やかに育てる会	対象:関係者
9	火	多目的ホール	せんぼんサロン 9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)	10:00	千本地域包括支援センター 962-5932	対象:どなたでも 入場料:無料
10	水	音楽ホール	水曜なつかしの昭和映画上映会 10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)	13:30	千本プラザ 962-3313	対象:どなたでも 入場料:無料 全席自由席
18	木	大会議室	せんぼんカフェ	10:00	千本地域包括支援センター 962-5932	対象:どなたでも 入場料:無料
19	金	多目的ホール	介護予防教室 健康ウォーキング	10:00	千本地域包括支援センター 962-5932	対象:65歳以上 参加料:無料 ※持ち物:動きやすい服装、飲み物
20	土	多目的ホール	ぷらっと千プラ～年始のカラダストレッチ～ FRP(ファンクショナルローラーピラティス)	10:30	千本プラザ 962-3313	定員:20人 対象:当選者 参加費:28円(保険料) 持ち物:運動のできる服装・飲み物
		ミニギャラリー	ぷらっと千プラ～年始のカラダストレッチ～ 顔ヨガ～目指せマイナス5歳!素敵な笑顔で愛され顔を目指しましょう～	14:00		定員:20人 対象:当選者 参加費:28円(保険料) 持ち物:飲み物、タオル、カメラ付き携帯、 大き目の卓上鏡
21	日	音楽ホール	ピアノショップ沼津ジュニアコンサート	13:30	ピアノショップ沼津 920-0202	対象:どなたでも 入場料:無料
22	月	音楽ホール	すこやか沼津健康講座	13:00	沼津市老人クラブ連合会 962-3691	対象:会員 入場料:無料
23	火	多目的ホール	千本プラザ健康づくり「カラダと脳のための講座」 ～バランスコーディネーション・エアロビクス・シナプソロジー～ 23日(火)・30日(火)	19:00	千本プラザ 962-3313	定員:50人 対象:当選者 参加料:140円(保険料) ※1/10(水)11時～TEL申込
25	木	集会室	赤ちゃんDAY(ベビーマッサージ)	10:00	千本プラザ 962-3313	定員:50組 対象:0歳児から1歳児未満 参加料:100円
27	土	音楽ホール	YJPCコンクール	10:30	(株)丹澤楽器店 962-1111	対象:関係者 入場料:無料
27	土	多目的ホール	ノルディックウォーキングイベント	9:00	沼津市役所長寿福祉課 介護予防係 934-4866	晴天時は中央公園にて実施 (※雨天の場合のみ千本プラザを使用)
28	日	音楽ホール	ニューイヤーコンサート	13:00	山崎 090-6038-3509	対象:生徒 入場料:無料

※開催日、時間等が変更になる場合がありますので、主催者にお問合せ下さい。

★ 健康相談 1月17日(毎月第3水曜日) 10:00～12:00 2階 教養娯楽室(洋室2) 主催:(株)沼津市社会福祉協議会



## ミニギャラリー

日頃丹精した絵画・書道などの作品や、自慢のコレクションの展示の場として、ミニギャラリーを利用してみませんか? 詳しくは、受付まで...

展示名	開催期間	主催者
「牧野木工展」	1月6日(土)～14日(日)	牧野堅二