

秋の花壇づくり

来年の春に向けて、アスパルおものがわ前の花壇に球根や花苗を植えます。
一緒に作業をしてくれる方を募集しますので、お時間のある方は是非ご協力ください。みんなできれいな花壇を作りましょう！

【日時】11月7日(火) 9:30~11:30 (予定) ◆小雨決行

【会場】アスパルおものがわ 駐車場

【持ち物】ゴム手袋、移植べら



【申込】11月1日(水)~11月6日(月) 10:00~16:00

お電話にてお申込み下さい。

※当日は汚れてもいい服装でお越しください。必要に応じて、雨対策や防寒対策をお願いします。

※休憩時の飲み物はこちらで準備いたします。

11月の予定

6日(月): 健康の駅

午前10時から

⇒身体測定、らくらく体操

7日(火): 秋の花壇づくり

※詳細は上記のお知らせをご覧ください

3B体操教室

午後1時30分から

14日(火): ヨガ教室

午前10時から

20日(月): 健康の駅

午前10時から

⇒らくらく体操(DVD)

21日(火): 3B体操教室

午後1時30分から

22日(水): 手づくりサロン

午前10時から

28日(火): ヨガ教室

午前10時から

30日(木): 文化講演会

※詳細は裏面のお知らせをご覧ください

毎週月・木: 卓球

午後1時から

毎日: ラジオ体操

午前9時15分から

展示: 山野草写真展

開館時間内に自由にご覧頂けます



※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

【お申込み・お問合せ】

沼館地区交流センター(アスパルおものがわ内) ☎22-3606

裏面へ

沼館地区交流センターからのお知らせ

令和5年度

文化講演会

◆ 「十足馬場南遺跡

第4次発掘調査報告（速報）」

講師：高橋 学 氏（雄勝城・駅家研究会代表）

9月～10月の発掘調査を終えての講演になります。

■日時：令和5年 11 月 30 日（木）

午前10時から

■会場：アスパルおもものがわ 視聴覚室

■定員：30名（達し次第締切）

入場無料

※申込⇒11月13日(月)～11月24日(金) 10:00～16:00

お電話にてお申込み下さい。

※感染症拡大防止にご協力をお願い致します。

主催：沼館地区交流センター

お問合せ・お申込み…沼館地区交流センター(アスパルおもものがわ内)

TEL 22-3606