

12月

コミュニティプラザハッピーハッチ

フェイスブック・インスタ・フォローしてね!

2024

カフェ営業
平日: 15:30まで
土曜: 14:30まで
ラストオーダー30分



ハッピーハッチ

検索



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3 暮らしの保健室 ちよっと運動 13:30~14:30	4	5	6 ・ウクレレ教室 中級クラス 13:00~17:00	7 ・マルシェ 9:00~11:00
8 定休日	9 耳つぼ体験会 10:30~14:00	10	11 ハッピーカレーの 日 11時~14時	12 暮らしの保健室 栄養教室 13:30 ~14:30 管理 栄養士岸本 麻美	13 ・ウクレレ教室 初中級クラス 13:00~15:00	14 Xmasコンサート 13:00~14:00
15 定休日	16	17 ・暮らしの保健室 ※健康・介護相談 足の爪 12:30~14:30	18	19 ハッチ健康ランチ	20 ・ウクレレ教室 中級クラス 13:00~15:00	21
22 定休日	23 耳つぼ体験会 10:30~14:00	24	25 ハッピーカレーの 日 11時~14時	26	27 お正月休み	28 お正月休み
249 お正月休み	30 お正月休み	31 お正月休み	1/5までお休み			

・年末年始 12/27 (金) ~ 1/5 (日) お休みさせていただきます

今月は!

12/7 土

栄町中央商店街

マルシェ

ハッピーハッチにて
今月も第1土曜日開催

新鮮野菜!
旬のお魚!
焼きたてパン!
手作り小物!

2025年通常営業は1/6から!

Xmasコンサート
12/14
ソプラノー 鶴久美子
ピアノ 古川英里

12月暮らしの保健室
3日 運動相談
12日 栄養教室
17日 健康介護相談

ハッチ健康ランチ
12月19日
毎月第3木曜日

理学療法士と行う
ちよこっと運動
12月3(水)
13:30~14:30

栄養教室
12月12日(木)
「外食と年末年始の過ごし方」
13:30~14:30



12月のハッチイベント

日にち	曜日	イベント	時間	備考
7日	土	マルシェ	9時~11時	ハッピーハッチ恒例！マルシェ！
6.20日	金	ウクレレ教室 中級クラス	13:00~17:00	講習費¥1,500 ウクレレ貸し出し有り 要予約
12日	木	栄養教室	13:30~14:30	バランスの良い食事で健康寿命をのばそう 管理栄養士；岸本 麻美
13日	金	ウクレレ教室 初中級クラス	13:00~17:00	講習費¥1,500 ウクレレ貸し出し有り 要予約 はじめての方大歓迎です！チャレンジしてみませんか！
14日	土	ハッチXmasコンサート	13:00~14:00	Xmasコンサート(入場料500円ドリンク付き) ソプラノー鐵久美子・ピアノ古川英里
17日	木	暮らしの保健室① 要予約	12:30~14:30	健康・介護相談 足の爪でお困りでしたらご参加ください。
9.23日	月	耳つぼ体験会	10:30~14:00	要予約 ランチをご利用ください
3日	火	暮らしの保健室① ちょっと運動	13:30~14:30	元気にすごすため軽い運動の教室
19日	木	ハッチ健康ランチ	11:00~14:00	ハッチ健康ランチは東区保健センターさんのメニューで
11.25日	水	ハッピーカレー	11:00~14:00	岩田農園の札幌賞を使っています！

お知らせ欄

暮らしの保健室で健康について考えませんか？

募集

暮らしの保健室① 栄養教室～健康・介護相談～第3木曜日

12/17 (木) 13:30~14:30

健康・介護相談、足の爪でお困りでしたらご参加ください



ワンドリンク制
300円
※店頭にて
お買い求めください

2025年1月のマルシェは～1月11日(第2土曜日)

場所



コミュニティプラザ
ハッピーハッチ

TEL/FAX
011-374-1888

東区北42条東8丁目1-1
宮川ビル1F

