

# 明石 Cherish 会場 毎月第1 土曜日14時～16時

明石市相生町1丁目2-34 佐藤ビル105号

明石はZoomでの参加もOK  
メールでお申し込みください



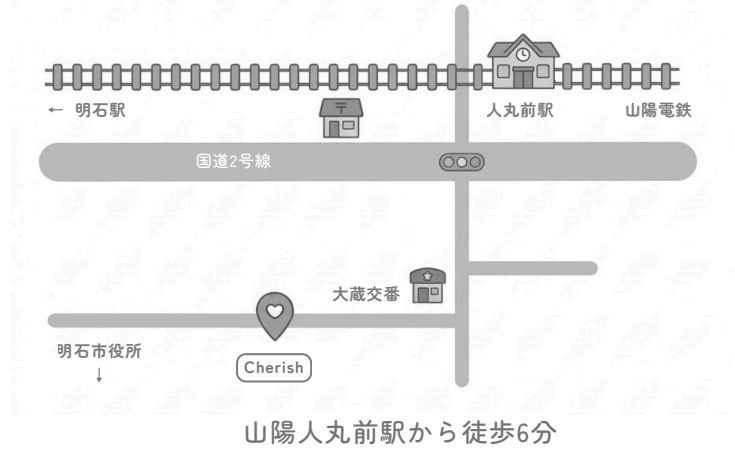
2026

4/4	5/2	6/6	7/4	8/1	9/5	10/3	11/7	12/5
-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------

2027

1/9	2/6	3/6
-----	-----	-----

- ★コミュニケーションゲーム
- ★海岸への散歩や軽い運動
- ★創作料理やお菓子作り



# 大久保 メープルキャビン 会場 毎月第2 金曜日13時～15時

明石市大久保町大久保町413-3

2026

4/10	5/8	6/12	7/10	8/7	9/11	10/9	11/13	12/11
------	-----	------	------	-----	------	------	-------	-------

2027

1/15	2/12	3/12
------	------	------

- ★お茶を飲みながら座談会
- ★創作活動
- ★ヨガやダンス

