



イベント 講座 の キッチンカー

お知らせ



日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2	3	4	5 癒し ヨガ教室	6 11~19時 N's kitchen
7	8 しっかりスマホ 8回教室	9 11~14時 N's kitchen	10 すぎはち フラ教室	11	12 11~14時 レクトサンド カフェ	13
14	15	16	17	18 休館日	19 11~14時 レクトサンド カフェ	20
21	22 しっかりスマホ 8回教室	23 すぎはち フラワー マーケット	24 すぎはち フラ教室 キッズ 体操教室	25	26 11~14時 レクトサンド カフェ	27 阿佐ヶ谷福祉 工房の販売
28	29	30 15~19時 N's kitchen	※イラストはイメージです			

★最新情報は、ふらっとすぎはち公式ホームページからご覧ください

キッチンカーのご紹介



お電話または受付に直接お越しください  
☎03-3316-2421



車ふカツ弁当、  
焼き菓子、  
おにぎり、  
クラフトコーラ



ローストビーフ、  
チキンステーキなどの  
お弁当



コミュニティふらっと高円寺南 (愛称：ふらっとすぎはち)

東京都杉並区高円寺南2-40-24 アクセス：東京メトロ丸の内線「新高円寺駅」から徒歩8分  
JR中央線「高円寺駅」(南口)から徒歩8分



<https://furatto-sugihachi.jp>

主催 指定管理者：すぎはち共創グループ

	日にち	時間	場所	参加費
<b>癒しヨガ教室</b> 指導歴40年! 田中江里香氏をお招きします	9/5(金)	10:00   11:00	第1多目的室	1,000 円 /1回
<b>しっかり スマホ8回教室</b> 竹箒の会の講師より 丁寧に説明します!	9/8(月) 9/22(月)	10:00   11:30	第1集会室	700 円 /1回
<b>すぎはち フラ教室</b> 初心者向けの 基本的なステップを学ぼう!	9/10(水) 9/24(水)	14:00   15:00	第1多目的室	3,000 円 /月謝
<b>すぎはち フラワー マーケット</b> ~フラワーロス~ 綺麗な花束を 販売いたします	9/23(火)	10:00 	エントランスホール	400 円 /1束
<b>キッズ体操教室</b> <b>体験会</b> 楽しみながら 応用力の高い脳と身体に!	9/24(水)	① 16:00   16:45 ② 17:00   17:45	第2多目的室	1,000 円 /1回



10月も  
新しいイベント  
盛りだくさん!



エントランスホール  
ミーティング