

# 夏休み ☀️ 7千外出

今年の夏休みは毎週水曜日にエイブルキッズ合同で「7千外出」を計画しています！  
みなさんのご参加お待ちしております♪

## ホリ牧場アイスと ひまわり迷路

日時：8月3日（水）9：30出発  
場所：ホリ牧場（内灘町）

おいしいミルクソフト🍦を食べて  
大きなひまわり迷路に  
チャレンジしよう！



## 桜ヶ池公園へ行こう

日時：8月10日（水）9：30出発  
場所：桜ヶ池公園（富山県南砺市）

アスレチックで遊んだり、公園内を散策  
したり、楽しく体を動かしましょう🌻

※往復2時間かかります。



エイブルベランダBe  
2022年8月



## とうもろこし迷路と ホリ牧場アイス

日時：8月17日（水）9：30出発  
場所：ホリ牧場（内灘町）

おいしいミルクソフトを食べて  
巨大とうもろこし迷路に  
チャレンジしよう！



## こまつの杜へ行こう

日時：8月24日（水）9：30出発  
場所：こまつの杜（小松市）

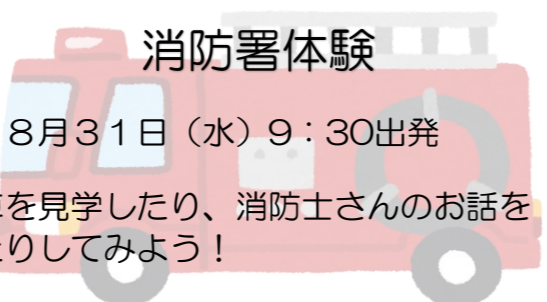
ダンプトラックや超大型油圧ショベルなど  
大きなはたらく車を見学しよう！



## 消防署体験

日時：8月31日（水）9：30出発

消防車を見学したり、消防士さんのお話を  
聞いたりしてみよう！



### 8月のフリーリングメニュー

<p>8/4(木)23(火)「水風船で遊ぼう」 13:00~13:50 参加費無料</p> <p>8/9(火)25(木)「かき氷を作ろう」 13:00~13:50 参加費無料</p> <p>8/11(木・祝)「うちわをつくろう！」 13:00~13:50 大人500円 高校生まで100円</p> <p>8/18(木)「シャボン玉で遊ぼう」 13:00~13:50 参加費無料</p>	<p>8/7(日)「砂絵に挑戦しよう！」 13:30~15:00 大人500円 高校生まで100円 (後日引き落とし)</p> <p>8/21(日)「アイスクリームを作ろう」 13:30~15:00 大人500円 高校生まで100円 (後日引き落とし)</p> <p>8/28(日)「9月のカレンダーを作り」 13:30~15:00 参加費無料</p>
--	--

※当日は出発時刻の9：30までに  
ベランダBeへ来所してください。

※行き先や内容は変更になる場合が  
あります。ご了承ください。



### 講座発表がありました♪

←5/5ベランダ合同BBQで  
ヨサコイ講座のみなさん

5/15エアロビック大会に  
エンジョイダンスのみなさん→

どちらもたくさんの方に  
観ていただくことができ、  
練習の成果を出せました！



## 8月 パンカレンダー

1個120円				
げつ	か	すい	もく	きん
1 まっちゃん チョコパン	2 コーンマヨ パン	3 ジャム& クリームチーズ	4 カレーパン	5 ウイナーパン
8 ウイナーパン	9 まっちゃん チョコパン	10 コーンマヨ パン	11 パン おやすみ	12 カレーパン
15 休業日	16 ウイナーパン	17 まっちゃん チョコパン	18 コーンマヨ パン	19 ジャム& クリームチーズ
22 ジャム& クリームチーズ	23 カレーパン	24 ウイナーパン	25 まっちゃん チョコパン	26 コーンマヨ パン
29 コーンマヨ パン	30 ジャム& クリームチーズ	31 カレーパン		





# 営業時間

☀️夏休み営業☀️  
9:00~17:00

8

2022

Able Veranda  Be

076-241-1200

月	火	水	木	金	土	日		
<b>1</b> 11:00~11:50 スイミング 15:00~15:50 花くらぶ 17:00~17:50 チャレンジ太鼓 ※「えいごであそぼう」は 休講です。	<b>2</b> 11:00~11:50 のんびりヨガ 16:00~16:50 絵画 17:00~17:50 ドラマワーク	<b>3</b> 10:00~12:00 [外出] ホリ牧場會 15:00~15:50 陶芸① 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>4</b> 13:00~13:50 水風船で遊ぼう🍷 16:00~16:50 ミュージックワーク 17:00~17:50 ストレッチ&リズムダンス	<b>5</b> 11:00~11:50 絵画 16:00~16:50 えいごをつかおう! 17:00~17:50 プロGRESS太鼓(上級)	<b>6</b> 11:00~11:50 YOSAKOIソーラン 14:00~14:50 3B体操	<b>7</b> フィーリングメニュー 砂絵に 挑戦しよう!		
<b>8</b> 11:00~11:50 スイミング 15:00~15:50 花くらぶ 16:00~16:50 えいごであそぼう 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>9</b> 13:00~13:50 かき氷を作ろう🍷 16:00~16:50 絵画 17:00~17:50 ヒップホップ	<b>10</b> 10:00~12:00 [外出] 桜ヶ池公園🍷 15:00~15:50 陶芸① 16:00~16:50 ミュージックワーク 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>11 山の日</b> フィーリングメニュー うちわを つくろう!	<b>12</b> 11:00~11:50 絵画 17:00~17:50 プロGRESS太鼓(上級)	<b>13 14</b> お盆休業			
<b>15</b> お盆休業		<b>16</b> 11:00~11:50 のんびりヨガ 16:00~16:50 絵画 17:00~17:50 ドラマワーク	<b>17</b> 10:00~12:00 [外出] ホリ牧場會 15:00~15:50 陶芸① 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>18</b> 13:00~13:50 シャボン玉で遊ぼう🍷 16:00~16:50 クッキング ミュージックワーク 17:00~17:50 ストレッチ&リズムダンス	<b>19</b> 11:00~11:50 絵画 16:00~16:50 えいごをつかおう! 17:00~17:50 プロGRESS太鼓(上級)	<b>20</b> 11:00~11:50 YOSAKOIソーラン 13:00~13:50 メイクアップ 14:00~14:50 3B体操	<b>21</b> フィーリングメニュー アイスクリームを 作ろう!	
<b>22</b> 11:00~11:50 スイミング 15:00~15:50 花くらぶ 16:00~16:50 えいごであそぼう 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>23</b> 13:00~13:50 水風船で遊ぼう🍷 16:00~16:50 絵画 17:00~17:50 ヒップホップ	<b>24</b> 10:00~12:00 [外出] こまつの杜🍷 15:00~15:50 陶芸① 16:00~16:50 ミュージックワーク 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>25</b> 13:00~13:50 かき氷を作ろう🍷 16:00~16:50 エンジョイダンス 17:00~17:50 ドラマワーク	<b>26</b> 11:00~11:50 絵画 17:00~17:50 プロGRESS太鼓(上級)	<b>27</b> 11:00~11:50 YOSAKOIソーラン 14:00~14:50 3B体操	<b>28</b> フィーリングメニュー 9月の カレンダー作り		
<b>29</b> 11:00~11:50 スイミング 15:00~15:50 花くらぶ 16:00~16:50 えいごであそぼう 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<b>30</b> 11:00~11:50 のんびりヨガ 16:00~16:50 絵画	<b>31</b> 10:00~12:00 [外出] 消防署体験🍷 15:00~15:50 陶芸① 17:00~17:50 チャレンジ太鼓	<<講座についてお知らせ>> えいごであそぼう えいごをつかおう 7月から長期休暇中も 16:00~16:50に おこないます。 			のんびりヨガ 8月から長期休暇中は 11:00~11:50に おこないます。 	陶芸②  しばらくのあいだ 休講とさせていただきます。 参加をご希望の方は エイブルまで お問い合わせください。	 カラー版は こちらのQRコードから ご確認ください!