

R4.7月 集会室・会議室 予定表

●単発講座、お申し込みが必要です。 ☆同好会

日	曜日	2階 集会室		3階 会議室	
		午前	午後	午前	午後
1	金	金曜健康体操	●養生気功		
2	土				
3	日				
4	月	さわやかヨガA			
5	火	☆さわやか健康体操	フラダンス		美文字B
6	水	水曜健康体操		絵手紙	
7	木	リズム体操	☆養生気功同好会		
8	金	健康相談	●養生気功		
9	土	●心からキレイ!体操教室	☆健康体操同好会		
10	日				
11	月			☆大正琴ストレッチ	
12	火		☆花水木太極拳同好会	☆琴唱会	俳句
13	水				
14	木	☆さわやかヨガ同好会			
15	金	フレイル予防教室	●養生気功		
16	土			●おりがみ教室	
17	日				
18	月				
19	火		●昭和の散歩道	☆みやこ俳句同好会	☆ジャズ同好会
20	水	☆つくし会（書道）	☆友希の会（日本舞踊）	☆絵手紙同好会	●サロン手芸
21	木			リーダー実習④	
22	金	●健康太極拳	●養生気功		
23	土	リハビリ体操	筋トレッチ体操		
24	日				
25	月	さわやかヨガB	☆クワイ（フラダンス）	美文字A	
26	火		☆ゴムチューブ体操	リーダー養成講座⑤	顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会
27	水				Enjoy英会話
28	木				ジャズ
29	金				
30	土				
31	日				

R4.7月 回想法センター ・ わくわく室 予定表

☆同好会

日	曜日	3階 北部回想法センター		2階 わくわく室	
		午前	午後	午前	午後
1	金				
2	土				
3	日				
4	月	リーダー養成講座①	☆日常英会話同好会		
5	火		くらぶ6・5		
6	水	くらぶ6・5	☆はなもも会(俳句)		
7	木	くらぶ6・5			
8	金	健康相談	リーダー養成講座②		健康相談待合室
9	土				
10	日				
11	月	☆花おりの会			
12	火		くらぶ6・5		
13	水	くらぶ6・5			
14	木	くらぶ6・5			
15	金	リーダー養成講③			
16	土				
17	日				
18	月				
19	火		くらぶ6・5		
20	水	くらぶ6・5			
21	木	くらぶ6・5			
22	金				
23	土		☆ウクレレ同好会		
24	日				
25	月				
26	火		くらぶ6・5		
27	水	くらぶ6・5 ●回想法って何だろう			
28	木	くらぶ6・5			
29	金				
30	土				
31	日				