

R4.12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	木	リズム体操	☆養生気功同好会		
2	金	金曜健康体操	●養生気功		
3	土				
4	日				
5	月	さわやかヨガA			
6	火	★さわやか健康体操	フラダンス		美文字B
7	水	水曜健康体操		絵手紙	
8	木	★さわやかヨガ同好会			
9	金	健康相談	●養生気功		
10	土	●心からキレイ!体操教室	☆健康体操同好会		
11	日				
12	月			☆大正琴ストレッチ	
13	火		☆花水木太極拳同好会	☆琴唱会	俳句
14	水	●クリスマス会	●クリスマス会		
15	木				
16	金	●フレイル予防体操	●養生気功		
17	土				
18	日				
19	月	さわやかヨガB	☆クワイ (フラダンス)		☆みやこ俳句同好会
20	火		●昭和の散歩道		☆ジャズ同好会
21	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
22	木				ジャズ
23	金		●養生気功	フォローアップ交流会	
24	土	リハビリ体操	筋トレッチ体操		
25	日				
26	月			美文字A	
27	火		☆ゴムチューブ体操		顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会
28	水				Enjoy英会話
29	木				
30	金				
31	土				

R4.12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	木		くらぶ6・5		
2	金				
3	土				
4	日				
5	月		☆日常英会話同好会		
6	火		くらぶ6・5		
7	水		くらぶ6・5		☆はなもも会(俳句)
8	木		くらぶ6・5		
9	金	健康相談			健康相談待合室
10	土				
11	日				
12	月		☆花おりの会		
13	火		くらぶ6・5		
14	水		くらぶ6・5		
15	木		くらぶ6・5		
16	金				
17	土				
18	日				
19	月				
20	火		くらぶ6・5		
21	水		くらぶ6・5		
22	木		くらぶ6・5		
23	金				
24	土		☆ウクレレ同好会		
25	日				
26	月				
27	火				
28	水				
29	木				
30	金				
31	土				