

R5.1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	日					
2	月					
3	火					
4	水		水曜健康体操			
5	木		リズム体操	☆養生気功同好会		
6	金		金曜健康体操	●養生気功		
7	土					
8	日					
9	月					
10	火			☆花水木太極拳同好会	☆琴唱会	俳句
11	水					
12	木		☆さわやかヨガ同好会			
13	金	健康 相談		●養生気功		
14	土		●心からキレイ!体操教室	☆健康体操同好会		●おりがみ教室
15	日					
16	月		さわやかヨガB	☆クワイ (フラダンス)		☆みやこ俳句同好会
17	火		☆さわやか健康体操	●昭和の散歩道		美文字B
18	水		☆つくし会 (書道)	☆友希の会 (日本舞踊)	絵手紙	
19	木				☆絵手紙同好会	
20	金		●フレイル予防体操	●養生気功		
21	土					●卓球
22	日					
23	月				美文字A	☆大正琴ストレッチ
24	火			☆ゴムチューブ体操		顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会
25	水			●ブチ体操+脳トレ		Enjoy英会話
26	木					ジャズ
27	金			●養生気功		
28	土		リハビリ体操	筋トレッチ体操		●卓球
29	日					
30	月		さわやかヨガA			
31	火			フラダンス		☆ジャズ同好会

R5.1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	日				
2	月				
3	火				
4	水	くらぶ6・5			
5	木	くらぶ6・5			
6	金				
7	土				
8	日				
9	月				
10	火		くらぶ6・5		
11	水	くらぶ6・5			
12	木	くらぶ6・5			
13	金	健康相談			健康相談待合室
14	土				
15	日				
16	月		☆日常英会話同好会		
17	火		くらぶ6・5		
18	水	くらぶ6・5	☆はなもも会(俳句)		
19	木	くらぶ6・5			
20	金				
21	土				
22	日				
23	月				
24	火		くらぶ6・5		
25	水	くらぶ6・5			
26	木	くらぶ6・5			
27	金				
28	土		☆ウクレレ同好会		
29	日				
30	月				
31	火		くらぶ6・5		