

令和5年6月 予定表

●単発講座 ☆同好会 太字は自由利用

日	曜日	2階 集会室		3階 会議室		3階 北部回想法センター	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	木	リズム体操	☆養生気功A同好会	☆OMIF英語研究会		くらぶ6・5	都シネマ
2	金	金曜健康体操①②	●養生気功				☆オカリナ同好会
3	土	☆健康マーじゃんA	☆健康マーじゃんB				
4	日						
5	月	風呂 休み	さわやかヨガA	☆大正琴ストレチア	歌謡レッスン(カラオケ)		☆日常英会話同好会
6	火	☆さわやか健康体操	フラダンス	☆蝉しぐれ(カラオケ)	美文字B	くらぶ6・5	くらぶ6・5
7	水	水曜健康体操①②		絵手紙			
8	木	☆さわやかヨガ同好会			☆カラオケ響	くらぶ6・5	都シネマ
9	金	☆やさしい社交ダンス	●健康講話		詩吟		☆オカリナクルセーダーズ
10	土	●リーダーサタデー	☆健康体操同好会	社交ダンス	卓球		☆ウクレレ同好会
11	日						
12	月				☆道標 (カラオケ)	☆花おりの会	☆日常英会話同好会
13	火	☆花水木太極拳同好会	☆花水木太極拳同好会	☆琴唱会 (大正琴)	俳句	くらぶ6・5	くらぶ6・5
14	水						
15	木	風呂 休み	☆養生気功B同好会	☆蝉しぐれ(カラオケ)	☆OMIF英語研究会	くらぶ6・5	●昭和の散歩道
16	金	●楽しい落語 ～経大亭勝笑一座～	●養生気功		コーラス		
17	土	☆健康マーじゃんC	☆健康マーじゃんD	●リーダーサタデー	卓球		
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		☆日常英会話同好会
20	火	☆さわやか健康体操		☆ジャズ同好会	ジャズ	くらぶ6・5	くらぶ6・5
21	水	☆つくし会 (書道)	☆友希の会 (日本舞踊)	☆絵手紙同好会	☆ハッピーソング (カラオケ)		●やさしい手芸
22	木	☆さわやかヨガ同好会		発声から学んで歌おう		くらぶ6・5	都シネマ
23	金	午前の健康マーじゃん	午後の健康マーじゃん	フォローアップ交流会			☆オカリナクルセーダーズ
24	土	リハビリ体操	☆健康体操同好会	☆社交ダンス(初級)	卓球		☆ウクレレ同好会
25	日						
26	月	筋トレストレッチ①②	☆クワイ (フラダンス)	美文字A	☆日常英会話同好会	☆紙ひこうき (手話コーラス)	☆はなもも会(俳句)
27	火		☆ゴムチューブ体操クラブ		顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会	くらぶ6・5	くらぶ6・5
28	水			●はじめてのスマホ体験	Enjoy英会話		
29	木					くらぶ6・5	都シネマ
30	金						