令和6年2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		☆健康マージャンA	☆健康マージャンB		**卓球**		
4	日							
5	月	風呂休み	さわやかヨガA	☆ククイ（フラダンス）	☆大正琴ストレチア	歌謡レッスン(カラオケ)		
6	火		☆さわやか健康体操	フラダンス		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	健康相談	☆やさしい社交ダンス	●養生気功		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							
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							●サロン「歌好き♪」
15	木	風呂休み		☆養生気功B同好会			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
16	金			●養生気功		コーラス		☆オカリナクルセーダーズ
17	土		☆健康マージャンC	☆健康マージャンD	●リーダーサタデー	**卓球**		
18	日							
19	月		さわやかヨガB	☆ククイ（フラダンス）	●はじめてのスマホ体験	☆みやこ俳句同好会		
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）	☆OMIF英語研究会	●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・回想法って何	**都シネマ**
23	金							
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		筋トレッチ体操①②	☆ククイ（フラダンス）	美文字A	☆道標（カラオケ）	☆紙ひこうき（手話コーラス）	☆はなもも会(俳句)
27	火		くらぶ6.5	☆ゴムチューブ体操クラブ	●スマホ基礎・LINE教室	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				フォローアップ交流会	Enjoy英会話		
29	木							**都シネマ**