

令和6年5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	水	水曜の健康体操		絵手紙			
2	木	リズム体操	★養生気功A同好会	★OMIF英語研究会			都シネマ
3	金						
4	土						
5	日						
6	月						
7	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
8	水						●サロン「歌好き♪」
9	木	☆さわやかヨガ同好会			☆カラオケ響	くらぶ6・5	都シネマ
10	金	健康相談 ☆やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		☆オカリナ同好会
11	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
12	日						
13	月					☆花おりの会	
14	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
15	水	☆つし会(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)	●スマホ講座(防災)	
16	木		☆養生気功B同好会			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
17	金	金曜の健康体操	●養生気功	☆社交ダンス初級同好会	コーラス		☆オカリナクルセイダース
18	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		☆ハーモニカ同好会
19	日						
20	月	さわやかヨガ	☆クワイ(フラダンス)	☆大正琴ストレッチ	☆みやこ俳句同好会		
21	火	☆さわやか健康体操	歌のアルバム体操	☆ジャズ同好会	ジャズ	くらぶ6・5	くらぶ6・5
22	水				Enjoy英会話		☆OMIF英語研究会
23	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
24	金	午前の健康マージャン	午後の健康マージャン				
25	土	リハビリ体操	☆健康体操同好会		卓球		☆ウクレレ同好会
26	日						
27	月	筋トッチ体操①②	☆クワイ(フラダンス)	美文字A	歌謡レッスン(カラオケ)	☆紙ひこうき(手話コーラス)	☆はなもも会(俳句)
28	火	入門太極拳	☆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
29	水	●出張福祉会館(雨天時)					
30	木	くらぶ6・5				くらぶ6・5	都シネマ
31	金		●養生気功				☆オカリナクルセイダース