

令和6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	土	☆健康マージャンA	☆健康マージャンB		卓球		
2	日						
3	月			☆大正琴ストレッチ	歌謡レッスン(カラオケ)		
4	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
5	水	<small>風呂 休み</small> 水曜の健康体操		絵手紙			
6	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
7	金	金曜の健康体操	●養生気功		☆オカリナクルセイダース		☆オカリナ同好会
8	土	●リーダーサタデー	☆健康体操同好会	社交ダンス	卓球	●リーダーサタデー	☆ウクレレ同好会
9	日						
10	月					☆花おりの会	
11	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
12	水		●ずっと健康!体操				●サロン「歌好き♪」
13	木	☆さわやかヨガ同好会			☆カラオケ響	くらぶ6・5	都シネマ
14	金	<small>健康 相談</small> ☆やさしい社交ダンス	●健康講話				
15	土	<small>風呂 休み</small> ☆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	●リーダーサタデー	☆ハーモニカ同好会
16	日						
17	月	さわやかヨガ	☆クワイ(フラダンス)		☆みやこ俳句同好会		
18	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
19	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)	●スマホ講座(LINE応用)	●やさしい手芸
20	木		☆養生気功B同好会	☆琴唱会		くらぶ6・5	●昭和の散歩道
21	金	☆社交ダンス初級同好会	●養生気功		コーラス		☆オカリナクルセイダース
22	土	リハビリ体操	☆健康体操同好会		卓球		☆ウクレレ同好会
23	日						
24	月	筋トレ椅子体操①②	☆クワイ(フラダンス)	美文字A		☆紙ひこうき(手話コーラス)	☆はなもも会(俳句)
25	火	入門太極拳	☆ゴムチューブ体操		顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会	くらぶ6・5	くらぶ6・5
26	水		●3B体操		Enjoy英会話		☆OMIF英語研究会
27	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
28	金	午前の健康マージャン	午後の健康マージャン	フォローアップ交流会	詩吟		
29	土	●おしゃべりマジック			卓球		
30	日						
31	金		●養生気功				☆オカリナクルセイダース