

# 令和6年12月 予定表

●単発講座    ★同好会    太字自由利用

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	日						
2	月			★大正琴ストレッチ	歌謡レッスン(カラオケ)		
3	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
4	水	水曜の健康体操		絵手紙			
5	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
6	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
7	土	★健康マージャンA	★健康マージャンB		卓球		
8	日						
9	月					★花おりの会	
10	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
11	水	●クリスマス会	●クリスマス会				●サロン「歌好き♪」
12	木	★さわやかヨガ同好会			★カラオケ響	くらぶ6・5	都シネマ
13	金	★やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		
14	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
15	日						
16	月	さわやかヨガ	★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	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
18	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応用編)	●やさしい手芸
19	木	くらぶ6・5	★養生気功B同好会	★琴唱会(大正琴)		くらぶ6・5	●昭和の散歩道
20	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
21	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
22	日						
23	月	筋トレッチ体操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)
24	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
25	水				Enjoy英会話	★OMIF英語研究会	●サロン「歌好き♪」
26	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
27	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			
28	土	リハビリ体操	★健康体操同好会		卓球		★ウクレレ同好会
29	日						
30	月						
31	火						