

令和7年3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	土	★健康マージャンA	★健康マージャンB		卓球		
2	日						
3	月		★クワイ (フラダンス)	★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	★ジャズ同好会	美文字B	くらぶ6・5	くらぶ6・5
5	水	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	都まつり	都まつり	都まつり	都まつり	都まつり	都まつり
8	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
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						●サロン「歌好き♪」
13	木	★さわやかヨガ同好会	★養生気功B同好会		★カラオケ響	くらぶ6・5	●昭和の散歩道
14	金	★やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		★オカリナクルセイダース
15	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
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応用編)	
20	木						
21	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
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)
25	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
26	水				Enjoy英会話	★OMIF英語研究会	●サロン「歌好き♪」
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				★オカリナ同好会
29	土				卓球		
30	日						
31	月						