

令和7年4月 予定表

●：単発講座・事業（申込必要） ○：自由利用（申込み不要等） ★：同好会

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	火	★さわやか健康体操	フラダンス		かんたん美文字	くらぶ6・5	くらぶ6・5
2	水	水曜の健康体操		絵手紙			○サロン「歌好き♪」
3	木	リズム体操	★養生気功同好会A	★OMIF英語研究会		くらぶ6・5	○都シネマ
4	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
5	土	★健康マーじゃんA	★健康マーじゃんB		○卓球		★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
6	日						
7	月			★大正琴ストレッチ	歌謡レッスン(カラオケ)		
8	火	★花水木太極拳同好会	★花水木太極拳同好会	★大正琴同好会	俳句	くらぶ6・5	くらぶ6・5
9	水	●バランスボールエクササイズ		★つくし会(書道)			
10	木	★さわやかヨガ同好会			★響(カラオケ)	くらぶ6・5	○都シネマ
11	金	健康相談 ★やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		○サロン「歌好き♪」
12	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
13	日						
14	月		★クワイ(フラダンス)	しっかり美文字		★花おりの会	★みやこ「発声と歌の会」
15	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
16	水			★絵手紙同好会	★ハッピーソング(カラオケ)	●スマホ講座(アット・ロイド)	○サロン「歌好き♪」
17	木		★養生気功同好会B			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
18	金	★社交ダンス初級同好会	●養生気功				★オカリナクルセイダース
19	土	★健康マーじゃんC	★健康マーじゃんD	●リーダーサタデー	○卓球		★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
20	日						
21	月	さわやかヨガ	★クワイ(フラダンス)		★みやこ俳句同好会		
22	火	入門太極拳	★ゴムチューブ体操クラブ	★大正琴同好会	顔彩で描く日本画 ★日本画同好会	くらぶ6・5	くらぶ6・5
23	水		カラダパワーアップ体操①②	スキルアップ研修	Enjoy英会話		●やさしい手芸
24	木	★さわやかヨガ同好会	コーラス	発声から学んで歌おう		くらぶ6・5	○都シネマ
25	金	午前の健康マーじゃん	午後の健康マーじゃん	みんなで楽しく歌おう	★みやこ「発声と歌の会」	フォローアップ交流会	○サロン「歌好き♪」
26	土	リハビリ体操	★健康体操同好会		○卓球		★ウクレレ同好会
27	日						
28	月	筋トレッチ体操	★クワイ(フラダンス)	しっかり美文字		★紙ひこうき(手話コーラス)	★はなもも会(俳句)
29	火						
30	水	●たのしい落語				★OMIF英語研究会	