

令和7年10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	水		水曜の健康体操		絵手紙			○サロン「歌好き♪」
2	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
3	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
4	土		★健康マージャンA	★健康マージャンB		○卓球		★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
5	日							
6	月				★大正琴ストレッチ	歌謡レッスン(カラオケ)		
7	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
8	水				★つくし会（書道）			
9	木		★さわやかヨガ同好会			★響（カラオケ）	くらぶ6・5	○都シネマ
10	金		★やさしい社交ダンス	●健康講話		詩吟		○サロン「歌好き♪」
11	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
12	日							
13	月							
14	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
15	水			●バランスボールエクササイズ	★絵手紙同好会	★ハッピーソング（カラオケ）	●スマホ講座	○サロン「歌好き♪」
16	木			★養生気功同好会B			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
17	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
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	●リーダーサタデー	★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
19	日							
20	月		さわやかヨガ	★クワイ（フラダンス）		★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		★養生気功同好会C	カダパ®ワーアップ®体操①②	福祉用具プラザ 己書	Enjoy英会話	★OMIF英語研究会	●やさしい手芸
23	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
24	金		午前の健康マージャン	午後の健康マージャン	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	○サロン「歌好き♪」
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)
28	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
29	水		●たのしい落語					
30	木							○都シネマ
31	金			●養生気功				