

令和7年12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	月		●クリスマス会	●クリスマス会	★大正琴ストレッチア	歌謡レッスン(カラオケ)		
2	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
3	水		水曜の健康体操		絵手紙			○サロン「歌好き♪」
4	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
5	金		金曜の健康体操	●養生気功		★オカリナクルセイダーズ		★オカリナ同好会
6	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)
7	日							
8	月				しっかり美文字		★花おりの会	★みやこ「発声と歌の会」
9	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
10	水		●バランスボールエクササイズ	○都シネマ特別上映	★つくし会（書道）			
11	木		★さわやかヨガ同好会			★響（カラオケ）	くらぶ6・5	○都シネマ
12	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♪」
13	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
14	日							
15	月		さわやかヨガ	★クワイ（フラダンス）		★みやこ俳句同好会		
16	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
17	水			○都シネマ特別上映	★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♪」
18	木		●チェアボクササイズ	★養生気功同好会B			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
19	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ズ
20	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		★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
21	日							
22	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)
23	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
24	水		★養生気功同好会C	カラダパワーアップ 体操①②		Enjoy英会話	★OMIF英語研究会	●やさしい手芸
25	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
26	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」	フォローアップ交流会	○サロン「歌好き♪」
27	土		リハビリ体操	★健康体操同好会		○卓球		★ウクレレ同好会
28	日							
29	月							
30	火							
31	水							