

令和8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	水	水曜の健康体操	水曜の健康マーじゃん	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)
5	日						
6	月	スキルアップ講座		★大正琴ストレッチア	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	●バランスボールエクササイズ		★つくし会（書道）			
9	木	★さわやかヨガ同好会			★カラオケ響	くらぶ6・5	○都シネマ
10	金	<small>健康相談</small> ★やさしい社交ダンス	●養生気功		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	★ウクレレ同好会	
12	日						
13	月			しっかり美文字		★花おりの会	★みやこ「発声と歌の会」
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	●あたま・からだスッキリ教室		★絵手紙同好会	★Happy-Song（カラオケ）	●スマホ講座(LINE初級編)	○サロン「歌好き♪」
16	木	●ずっと健康！体操	★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)
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	カタパルターアップ体操①②		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	金曜午前の健康マーじゃん	金曜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♪」
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）	
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						
30	木	●たのしい落語					○都シネマ