

令和8年8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	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)
2	日							
3	月		●バランスボールエクササイズ		★大正琴ストレッチア	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		かんたん美文字	くらぶ6・5	くらぶ6・5
5	水		水曜の健康体操	水曜の健康マージャン	絵手紙			○サロン「歌好き♪」
6	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
7	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
8	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
9	日							
10	月			★みやこ「発声と歌の会」	しっかり美文字	俳句	★花おりの会	
11	火							
12	水				★つくし会（書道）			
13	木		★さわやかヨガ同好会			★カラオケ響		○都シネマ
14	金		★やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		○サロン「歌好き♪」
15	土		★健康マージャンC	★健康マージャンD		○卓球		★千種ドリームアンサンブル(ハーモニカ)
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		●あたま・からだ★スッキリ教室		★絵手紙同好会	★ハッピーソング（カラオケ）	●スマホ講座（LINE災害対策編）	○サロン「歌好き♪」
20	木			★養生気功同好会B			くらぶ6・5	●昭和の散歩道
21	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
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）	
25	火		入門太極拳	●eスポーツ体験会	★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
26	水		★養生気功同好会C	からだパワーアップ体操①②		Enjoy英会話	★OMIF英語研究会	●やさしい手芸
27	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 回想法って何だろう	○都シネマ
28	金	健康相談	金曜午前の健康マージャン	金曜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♪」
29	土					○卓球		
30	日							
31	月			●ずっと健康！体操				