

5月の講座・相談事業予定

日	曜	午前			午後		
1	日						
2	月						
3	火						
4	水						
5	木						
6	金	筋力アップ体操ソフト□	10:00	体育室	健康相談	13:00	相談室
		豊かに生きるための国語	10:00	会議室			
7	土	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	介護予防体力アップ	13:00	体育室
		初心者のペン習字	10:00	会議室			
8	日	休館日					
9	月	中国体操	10:00	体育室	筋力アップ体操スーパー	13:30	体育室
10	火	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	健康相談	13:00	相談室
		古典文学	10:00	会議室	筋力マシンアドバイス	13:30	訓練室
		ゲートボール	9:30	屋外			
11	水	ヨガ&ストレッチ	10:00	体育室	福祉相談	13:00	相談室
12	木	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	こつこつ体操	13:30	体育室
		ゲートボール	9:30	屋外			
13	金	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	彩り☆舞踊	13:30	体育室
		声を出そう！詩吟教室	10:00	会議室			
14	土	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	介護予防体力アップ	13:00	体育室
		みんなのコーラス	10:00	会議室	笑顔で民謡	13:30	会議室
15	日						

※ 館内、節電対策を実施中につき、ご理解のほどお願い申し上げます。

日	曜	午前			午後		
16	月	中国体操	10:00	体育室	筋力アップ体操スーパー	13:30	体育室
17	火	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	健康相談	13:00	相談室
		フラワーアレンジメント	10:00	会議室			
		ゲートボール	9:30	屋外			
18	水	ヨガ&ストレッチ	10:00	体育室	写経をはじめる	13:30	会議室
19	木	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	こつこつ体操	13:30	体育室
		歴史への誘い	10:00	会議室			
		ゲートボール	9:30	屋外			
20	金	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	健康相談・栄養相談	13:00	相談室
		豊かに生きるための国語	10:00	会議室			
21	土	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	介護予防体カアップ	13:00	体育室
		初心者のペン習字	10:00	会議室	笑顔で民謡	13:30	会議室
22	日	休館日					
23	月	中国体操	10:00	体育室	筋力アップ体操スーパー	13:30	体育室
		四季のおりがみ	10:00	会議室			
24	火	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	健康相談	13:00	相談室
		古典文学	10:00	会議室			
		ゲートボール	9:30	屋外			
25	水	ヨガ&ストレッチ	10:00	体育室	筋力マシンアドバイス	13:30	体育室
					就労相談	13:00	相談室
26	木	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	こつこつ体操	13:30	体育室
		ゲートボール	9:30	屋外			
27	金	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	彩り☆舞踊	13:30	体育室
		声を出そう！詩吟教室	10:00	会議室			
28	土	筋力アップ体操ハード	10:00	体育室	介護予防体カアップ	13:00	体育室
		みんなのコーラス	10:00	会議室			
29	日						
30	月	中国体操	10:00	体育室	筋力アップ体操スーパー	13:30	体育室
31	火	筋力アップ体操ソフト	10:00	体育室	健康相談	13:00	相談室
		ゲートボール	9:30	屋外			