

6月の予定

日	曜	午前		午後	
1	日				
2	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
3	火	筋力アップ体操ソフト ●ゲートボール	10:00 9:30	体育室 屋外	●健康相談 13:00 相談室 ○折り紙で壁面装飾 13:30 会議室
4	水	ヨガ&ストレッチ うたこえ広場(結~♪もあ)	10:00 10:00	体育室 会議室	もっと!いきいきトレーニング 13:00 体育室 写経をはじめ 13:30 会議室
5	木	筋力アップ体操ハード 歴史への誘い ●ゲートボール	10:00 10:00 9:30	体育室 会議室 屋外	こつこつ体操 13:30 体育室 お口いきいき 12:30 第2教養倶楽室
6	金	筋力アップ体操ソフト 豊かに生きるための国語	10:00 10:00	体育室 会議室	●健康相談 13:00 相談室
7	土	らくらく体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 13:30 体育室 笑顔で民謡 13:30 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 声を出そう!詩吟教室 13:30 会議室
10	火	筋力アップ体操ソフト ●ゲートボール 古典文学	10:00 9:30 10:00	体育室 屋外 会議室	●健康相談 13:00 相談室 ○筋力マシンアドバイス 13:30 訓練室 手芸クラブ 13:30 第2教養倶楽室
11	水	ヨガ&ストレッチ	10:00	体育室	もっと!いきいきトレーニング 13:00 体育室 ○生活福祉相談(煮縁亭) 13:30 相談室
12	木	筋力アップ体操ハード ●ゲートボール	10:00 9:30	体育室 屋外	こつこつ体操 13:30 体育室 お口いきいき 12:30 第2教養倶楽室
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 ●健康相談 13:00 相談室
14	土	らくらく体操 みんなのコーラス	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 13:30 体育室
15	日	休館日			
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 男の体操講座申込受付 9:00~17:00
17	火	筋力アップ体操ソフト フラワーアレンジ ●ゲートボール	10:00 10:00 9:30	体育室 会議室 屋外	手芸クラブ 13:30 第2教養倶楽室 ●健康相談 13:00 相談室 ○傾聴いきいきサロン 13:30 会議室 男の体操講座申込受付 9:00~17:00

日	曜	午前		午後	
18	水	ヨガ&ストレッチ 障害者福祉センターバザー	10:00 11:00	体育室 図書コーナー	もっと!いきいきトレーニング 13:00 体育室 写経をはじめ 13:30 会議室 男の体操講座申込受付 9:00~17:00
19	木	筋力アップ体操ハード 歴史への誘い ●ゲートボール	10:00 10:00 9:30	体育室 会議室 屋外	こつこつ体操 13:30 体育室 お口いきいき 12:30 第2教養倶楽室 男の体操講座申込受付 9:00~17:00
20	金	筋力アップ体操ソフト 豊かに生きるための国語	10:00 10:00	体育室 会議室	手話ダンス 和 13:30 体育室 ●健康相談 13:00 相談室 男の体操講座申込受付 9:00~16:00
21	土	らくらく体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 13:30 体育室 笑顔で民謡 13:30 会議室
22	日	休館日			
23	月	中国体操 四季のありがとう	10:00 10:00	体育室 会議室	筋力アップ体操スーパー 13:30 体育室 声を出そう!詩吟教室 13:30 会議室
24	火	筋力アップ体操ソフト 古典文学 ●ゲートボール	10:00 10:00 9:30	体育室 会議室 屋外	●健康相談 13:00 相談室 ○熱中症対策講座 13:30 会議室
25	水				もっと!いきいきトレーニング 13:00 体育室
26	木	●ゲートボール	9:30	屋外	○団欒茶坊 13:30 体育室 お口いきいき 12:30 第2教養倶楽室
27	金				彩り☆舞踊 13:30 体育室 ●健康相談 13:00 相談室
28	土	みんなのコーラス	10:00	会議室	○筋力マシンアドバイス 13:30 体育室
29	日	休館日			
30	月	休館日			

●印は自由参加、○印は事前申込です。
 その他は受講生確定済みのため途中参加いただけません。

ちょっと脳トレ

◎次回の健康講座は2014年度8月開講です。
 教養講座は2014年度10月開講です。

◎筋力マシンアドバイスの申し込みは毎月1日から
 行っています。お電話でもお申し込みが出来ます。

◎6月の健康相談日程◎
 ≪火曜日≫3日・10日・17日・24日
 梅本タミ子先生
 ≪金曜日≫6日・13日・20日・27日
 小野寺蓉子先生

◎お風呂利用時間◎
 月・水・金
 12:00~15:00
 ※祝日の場合は
 お休みいたします。

□に入る答えを考えて下さい

- (1) $5 \square 2 = 2.5$
- (2) $9 \square 3 = 3$
- (3) はちわるよん = □
- (4) はち□なな = ごじゅうろく

× (4) 2 (3) ÷ (2) ÷ (1) : ㄹ