

11月の予定

日	曜	午前		午後	
1	日				
2	月				
3	火	☆☆城東フェスティバル☆☆			
4	水			もっといきいきトレーニング 写経をはじめ	13:00 体育室 13:30 会議室
5	木	歴史への誘い ●ゲートボール	10:00 会議室 9:30 屋外		
6	金	自悠大学B	10:00 会議室	●健康相談	13:00 相談室
7	土	男の体操 初心者のペン習字	10:00 体育室 10:00 会議室	のびのび体操 笑顔で民謡	13:30 体育室 13:30 会議室
8	日	休館日			
9	月	四季のおりがみ	10:00 会議室	声を出そう！詩吟教室	13:30 会議室
健康講座申込受付 9:30～16:00					
10	火	古典文学 ●ゲートボール	10:00 会議室 9:30 屋外	自悠大学A ○筋力マシンアドバイス	14:00 会議室 13:30 訓練室
健康講座申込受付 9:30～16:00					
11	水			もっといきいきトレーニング ○生活福祉相談(煮縁亭)	13:00 体育室 13:30 相談室
健康講座申込受付 9:30～16:00					
12	木	●ゲートボール	9:30 屋外	○傾聴いきいきサロン わくわく♪転倒予防教室	13:30 会議室 15:15 体育室
13	金	自悠大学B	10:00 会議室	●健康相談	13:00 相談室
14	土	男の体操 みんなのコーラス	10:00 体育室 10:00 会議室		
15	日	休館日			
16	月	豊かに生きるための国語	10:00 会議室	●手芸クラブ	13:30 第二教養倶楽部
17	火	フラワーアレンジ ●ゲートボール	10:00 会議室 9:30 屋外	●健康相談 ○折り紙で壁面装飾	13:00 相談室 13:30 会議室
18	水			もっといきいきトレーニング 写経をはじめ	13:00 体育室 13:30 会議室
19	木	歴史への誘い ●ゲートボール	10:00 会議室 9:30 屋外		

日	曜	午前		午後	
20	金	自悠大学B	10:00 会議室	手話ダンス 和	13:30 体育室
21	土	男の体操 初心者のペン習字	10:00 体育室 10:00 会議室	笑顔で民謡	13:30 会議室
22	日	休館日			
23	月			●手芸クラブ	13:30 第二教養倶楽部
24	火	古典文学	10:00 会議室	自悠大学A ●健康相談	14:00 会議室 13:00 相談室
25	水			もっといきいきトレーニング	13:00 体育室
26	木			○映画鑑賞会 わくわく♪転倒予防教室	13:30 会議室 15:15 体育室
27	金	自悠大学B	10:00 会議室	うたごえ広場(結〜♪もあ) 彩り☆舞踊 ●健康相談・栄養相談	13:30 会議室 13:30 体育室 13:00 相談室
28	土	男の体操 みんなのコーラス	10:00 体育室 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	豊かに生きるための国語	10:00 会議室	声を出そう！詩吟教室 ○団欒茶坊	13:30 会議室 13:30 体育室

●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。

●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。11月は23日はお休みです。



○次回の健康講座は2015年度12月開講です。
教養講座は2016年度4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。
電話3640-8651

なぞなぞ?クイズ?に挑戦

◆11月の健康相談日程◆
 <<火曜日>> 17日・24日
 深澤ミサ子先生
 <<金曜日>> 6日・13日・27日
 小野寺蓉子先生
 ◆栄養相談日程◆
 <<金曜日>> 27日
 安藤靖子先生
 ※栄養相談は隔月で行っています。



問題① 同じ小学校に通う、太郎君と花子さんは、運動会の日も、遠足の日も、音楽会の日も同じお弁当でした。さて、それはどんなお弁当だった??

問題② 「チーズ」「ハム」「サラミ」この中で、新製品が一つあります。それはどれでしょう??

問題③ 「里田まい」が満塁ホームランを打ちました。誰から打ったホームランでしょう?? (答えは苗字のみです)