

# 12月の予定

※ご注意  
 体育室の自由解放については、部屋の貸出希望が入った場合には、使用できなくなることも

日	曜	午 前			午 後		
1	木	シャクナゲ会 書楽会	10:00 10:00	体 会	たのしい手芸	2:00	会
2	金	介護予防	10:00	体	☆ 健康相談 寿々奈会	1:30 1:30	相 体
3	土	☆ ゲートボール フラダンス コーラス	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	卓球	2:00	体
4	日						
5	月	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 ☆ 下町舞踊 自悠大学	1:30 2:00 2:00	相 体 会
6	火	介護予防 やさしいオカリナ	10:00 10:00	体 会	雲雀の会 ☆ らくらく体操	1:00 2:00	会 体
7	水	☆ ゲートボール やさしい体操 カラオケ男唄	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	茶友会 ☆ 太極拳	1:30 2:00	二 体
8	木	☆ はじめてのヨガ I マイテジーナ ☆ はじめてのヨガ II	9:30 10:30 11:00	体 会 体	書道かな ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 2:00 3:00	会 体 会
9	金	☆ スリム体操 歴史文学(後)	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 さくら エーデルワイス	1:30 1:30 1:30	相 体 会
10	土	☆ ゲートボール リラックス(後) 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土)	1:30	会
11	日	＜休館日＞					
12	月	☆ 予防体操(月) やさしいウクレレ	10:00 10:30	体 会	☆ 健康相談 自悠大学 社交ダンス	1:30 2:00 2:00	相 会 体

☆印がついている教室は自由参加です

2011年11月25日(金)発行

日	曜	午 前			午 後		
13	火	はじめての囲碁 ☆ レクダンス	9:30 10:00	会 体	☆ らくらく体操 四季の会	2:00 1:00	体 会
14	水	☆ ゲートボール カラオケ女唄	9:30 10:00	ゲ 会	絵手紙 I 絵手紙 II	1:00 3:00	会 会
15	木	☆ はじめてのヨガ I 書楽会	9:30 10:00	体 会	☆ 予防体操(木) たのしい手芸	2:00 2:00	体 会
16	金	☆ はじめてのヨガ II ☆ スリム体操 介護予防	11:00 10:00 10:00	体 体 会	☆ 健康相談 寿々奈会	1:30 1:30	相 体
17	土	☆ ゲートボール フラダンス コーラス	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	ペン習字 I 卓球 ペン習字 II	1:00 2:00 3:00	会 体 会
18	日	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	2:00	会
19	月	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 自悠大学	1:30 2:00	相 会
20	火	介護予防 やさしいオカリナ	10:00 10:00	体 会	雲雀の会 ☆ らくらく体操	1:00 2:00	会 体
21	水	☆ ゲートボール やさしい体操	9:30 10:00	ゲ 体	茶友会 俳句	1:30 2:00	二 会
22	木	マイテジーナ	10:30	会	自悠大学	2:00	会
23	金				☆ 健康相談 さくら	1:30 1:30	相 体
24	土	☆ ゲートボール リラックス(後) 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土)	1:30	会
25	日	＜休館日＞					
26	月	やさしいウクレレ	10:30	会			
27	火						
28	水	年 末 年 始 休 館 平成23年12月28日(水)～平成24年1月4日(水)					
29	木						
30	金						
31	土						