

# 4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ありますのでご了承下さい。

日	曜	午 前			午 後		
1	日						
2	月						
3	火				☆ らくらく体操 雲雀の会	2:00 1:00	体 会
4	水				茶友会 ☆ 太極拳	1:30 2:00	二 体
5	木	シャクナゲ会 書楽会	10:00 10:00	体 会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
6	金	☆ スリム体操 介護予防	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 寿々奈会	1:30 1:30	相 体
7	土	☆ ゲートボール フラダンス お花見めぐり	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 館外			
8	日	<休館日>					
9	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 社交ダンス	1:30 2:00	相 体
10	火	はじめての囲碁 ☆ レクダンス	9:30 10:00	会 体	四季の会	1:00	会
11	水	☆ ゲートボール やさしい体操	9:30 10:00	ゲ 体			
12	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	☆ 予防体操(木)	2:00	体
13	金	☆ スリム体操 介護予防	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
14	土	☆ ゲートボール リラックス(前) 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土)	1:30	会
15	日	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	1:30	会
16	月	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談	1:30	相
17	火	はじめての囲碁 介護予防	9:30 10:00	会 体	☆ らくらく体操 雲雀の会	2:00 1:00	体 会

☆印がついている教室は自由参加です

2012年3月24日(土)発行

日	曜	午 前			午 後		
18	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	絵手紙 I 茶友会 ☆ 太極拳 絵手紙 II	1:00 1:30 2:00 3:00	会 二 体 会
19	木	シャクナゲ会 書楽会	10:00 10:00	体 会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
20	金	☆ スリム体操 簡単料理教室	10:00 10:00	体 館外	☆ 健康相談 寿々奈会	1:30 1:30	相 体
21	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
22	日	<休館日>					
23	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 社交ダンス たのしい手芸	1:30 2:00 2:00	相 体 会
24	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 やさしいウクレレ	2:00 2:00	体 会
25	水	☆ ゲートボール やさしい体操 カラオケ女唄	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	俳句	2:00	会
26	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	☆ 予防体操(木)	2:00	体
27	金	介護予防 歴史文学(前)	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
28	土	☆ ゲートボール リラックス(前) 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土)	1:30	会
29	日						
30	月						