

# 7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	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 ☆ 下町舞踊	1:30 2:00	相 体
3	火	介護予防 オカリナ	10:00 10:00	体 会	☆ らくらく体操 雲雀の会	2:00 1:00	体 会
4	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 折り紙の集い	1:30 2:00 1:30	二 体 会
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	10:00	体	☆ 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 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
8	日	<休館日>					
9	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
10	火	はじめての囲碁 ☆ レクダンス	9:30 10:00	会 体	やさしいウクレレ	2:00	会
11	水	☆ ゲートボール 熱中症対策講座	9:30 10:00	ゲ 会	絵手紙 I 絵手紙 II	1:00 3:00	会 会
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	書道かな ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 2:00 3:00	会 体 会
13	金	☆ スリム体操	10:00	体	☆ 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

☆印がついている教室は自由参加です

2012年6月25日(月)発行

日	曜	午 前			午 後		
16	月	コスモス会	10:00	会			
17	火	はじめての囲碁 介護予防	9:30 10:00	会 体	四季の会 ☆ らくらく体操	1:00 2:00	会 体
18	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	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	☆ はじめてのヨガ I 書楽会 ☆ はじめてのヨガ II	9:30 10:00 11:00	体 会 体	☆ 予防体操(木)	2:00	体
20	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
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) 熱中症対策講座	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 ☆ 下町舞踊 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	9:30	ゲ	俳句	2:00	会
26	木	シャクナゲ会 マイテジーナ	10:00 10:30	体 会	書道かな ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 2:00 3:00	会 体 会
27	金	介護予防	10:00	体	☆ 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	<休館日>					
30	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体			
31	火	介護予防	10:00	体	四季の会 ☆ らくらく体操	1:00 2:00	会 体