

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	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
2	火	レクダンス(夏)	10:00	体	☆ 下町舞踊	2:00	体
3	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	☆ らくらく体操	2:00	体
		やさしい体操	10:00	体	茶友会	1:30	二
4	木	シャクナゲ会	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
5	金	介護予防体力アップ	10:00	体	寿々奈会	1:30	体
6	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	卓球(夏)	2:00	体
		フラダンス(前期)	10:00	体			
7	日						
8	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
					☆ 社交ダンス	2:00	体
9	火	レクダンス(夏)	10:00	体	雲雀の会	1:00	一
					ウクレレ同好会	1:30	二
					☆ らくらく体操	2:00	体
10	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:30	体
11	木	どきどき見学会 (NHKスタジオパーク)					
		☆ はじめてのヨガⅠ	9:30	体	☆ 健康相談	1:30	相
		☆ はじめてのヨガⅡ	11:00	体	☆ 予防体操(木)	2:00	体
12	金	☆ スリム体操	10:00	体	さくら	1:30	体
13	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ			
		☆ リラックス	10:00	体			
14	日	<休館日>					
15	月						
16	火	はじめての囲碁	9:30	会	熱中症予防講座	1:30	会
		介護予防体力アップ	10:00	体	☆ らくらく体操	2:00	体
17	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	囲碁同好会	1:30	会
		やさしい体操	10:00	体	☆ 太極拳	2:00	体
		カラオケ男唄	10:00	会			
18	木	シャクナゲ会	10:00	体	☆ 予防体操(木)	2:00	体
		書楽会(木)	10:00	会	たのしい手芸(前期)	2:00	会

☆印がついている教室は自由参加です

2013年6月25日(火)発行

日	曜	午 前			午 後		
19	金	☆ スリム体操	10:00	体	寿々奈会	1:30	体
		介護予防体力アップ	10:00	会	折り紙・手芸の集い	2:00	会
20	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	折り紙同好会	1:30	会
		フラダンス(前期)	10:00	体	卓球(夏)	2:00	体
		コーラス(前期)	10:00	会			
21	日	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	1:30	会
22	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 社交ダンス	2:00	体
		コスモス会	10:00	会	地域懇談会	1:30	会
23	火	はじめての囲碁	9:30	会	四季の会	1:00	会
		レクダンス(夏)	10:00	体	☆ らくらく体操	2:00	体
24	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:30	体
		介護予防体力アップ	10:00	体	俳句	2:00	会
		カラオケ女唄	10:00	会			
25	木	☆ はじめてのヨガⅠ	9:30	体	書道かな	1:00	会
		マイテジーナ	10:30	会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
		☆ はじめてのヨガⅡ	11:00	体	書道漢字	3:00	会
26	金	☆ スリム体操	10:00	体	さくら	1:30	体
		介護予防体力アップ	10:00	会	エーデルワイス	1:30	会
27	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	書楽会(土)	1:30	会
		☆ リラックス	10:00	体			
		書楽会(土)	10:00	会			
28	日	<休館日>					
29	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 下町舞踊	2:00	体
		コスモス会	10:00	会	やさしいウクレレ	2:00	会
30	火	はじめての囲碁	9:30	会	ウクレレ同好会	1:30	体
		レクダンス(夏)	10:00	体	サークル懇談会	1:30	会
31	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:30	体
		カラオケ女唄	10:00	会	囲碁同好会	1:30	会



館内改修工事に伴う一部施設の利用休止について



7月 1日(月)～14日(日) … 会議室

※上記日程で開講予定の講座/サークルにつきましては、日程変更を行っておりますのでご注意下さい。

7月15日(月)～28日(日) … 第一/第二教養娯楽室、及び健康相談室

※上記期間中は、昼食場所として 談話室 をご利用頂く予定です。