

2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	土	亀センフェスティバル 10時~/1時20分~ (健康相談有)					
2	日						
3	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
4	火	レクダンス(冬)	10:00	体	雲雀の会	1:00	会
		介護予防体カアップ	10:00	会	K. Wave' 12(ウクレレ)	1:00	二
5	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	囲碁同好会	1:30	会
					茶友会	1:30	二
6	木	☆ 太極拳	2:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
		シャクナゲ会	10:00	体	たのしい手芸(後期)	2:00	会
		書楽会(木)	10:00	会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
7	金	さわやか元氣ウォーキング	10:00	外	たのしい手芸(後期)	2:00	会
		歴史文学(後期)	10:00	会	元気いきいき(口腔)	2:30	二
8	土	介護予防体カアップ	10:00	体	寿々奈会	1:30	体
		☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふじの会(折り紙)	1:30	会
9	日	☆ リラックス	10:00	体	書楽会(土)	1:30	会
		書楽会(土)	10:00	会	卓球(冬)	2:00	体
9	日	＜休館日＞					
10	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
		ゆっくり学ぼうハングル	10:00	会	☆ 社交ダンス	2:00	体
11	火				☆ 折り紙交流会	15:40	会
					四季の会	1:00	会
12	水				K. Wave' 12(ウクレレ)	1:00	一
		☆ ゲートボール	9:30	ゲ	絵手紙Ⅰ	1:00	会
13	木	カラオケ女唄(後期)	10:00	会	ふれあい体操	1:30	体
					絵手紙Ⅱ	3:00	会
		☆ はじめてのヨガⅠ	9:30	体	書道かな	1:00	会
14	金	マイテジーナ	10:30	会	☆ 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
					元気いきいき(口腔)	2:30	二
15	土	☆ スリム体操	10:00	体	書道漢字	3:00	会
		介護予防体カアップ	10:00	会	さくら	1:30	体
16	日				エーデルワイス	1:30	会

☆印がついている教室は自由参加です

2014年1月25日(土)発行

日	曜	午 前			午 後		
15	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	卓球(冬)	2:00	体
16	日	フラダンス(後期)	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	1:00	会
		コーラス(後期)	10:00	会	☆ 健康相談	1:30	相
17	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	消費者センター出張講座	2:00	会
18	火	レクダンス(冬)	10:00	体	雲雀の会	1:00	会
		介護予防体カアップ	10:00	会	K. Wave' 12(ウクレレ)	1:00	二
19	水	☆ らくらく体操	2:00	体	☆ らくらく体操	2:00	体
		☆ 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	茶友会	1:30	二
20	木	カラオケ男唄(後期)	10:00	会	☆ 太極拳	2:00	体
		シャクナゲ会	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
21	金	書楽会(木)	10:00	会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
					たのしい手芸(後期)	2:00	会
22	土	☆ スリム体操	10:00	体	元気いきいき(口腔)	2:30	二
		介護予防体カアップ	10:00	会	折り紙の集い	2:00	会
23	日	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	書楽会(土)	1:30	会
		☆ リラックス	10:00	体	フラダンス(後期)	2:00	体
24	月	書楽会(土)	10:00	会	＜休館日＞		
25	火	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相
		ゆっくり学ぼうハングル	10:00	会	☆ 社交ダンス	2:00	体
26	水	はじめての囲碁(後期)	9:30	会	四季の会	1:00	会
		レクダンス(冬)	10:00	体	K. Wave' 12(ウクレレ)	1:00	一
27	木	☆ らくらく体操	2:00	体	☆ らくらく体操	2:00	体
		☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:30	体
		カラオケ女唄(後期)	10:00	会	俳句	2:00	会
28	金	☆ 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	☆ 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
29	土				元気いきいき(口腔)	2:30	二
					書道漢字	3:00	会
30	日	☆ スリム体操	10:00	体	さくら	1:30	体
		歴史文学(後期)	10:00	会	エーデルワイス	1:30	会