

6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		民謡・三味線演奏会 13:30 会
2 月	☆ 予防体操(月) 10:00 体	☆ 健康相談 1:00 相 ☆ 下町舞踊 2:00 体
3 火	どきどき見学会	
	レクダンス(前期) 10:00 体 雲雀の会 10:00 会	雲雀の会 1:00 会 ☆ らくらく体操 2:00 体
4 水	☆ ゲートボール 9:30 ゲ やさしい英会話 10:00 会 やさしい体操 10:00 体	☆ 太極拳(入門) 1:30 体 囲碁同好会亀戸 1:30 会 茶友会 1:30 二 ☆もうちょっと太極拳 3:00 体
5 木	さわやか元気ウォーキング 9:30 ゲ シャクナゲ会 10:00 体 書楽会(木) 10:00 会	☆ 健康相談 1:00 相 ☆ 予防体操(木) 2:00 体 たのしい手芸(前期) 2:00 会 お口いきいき 2:30 一
6 金	☆ スリム体操 10:00 体 もっと!いきいきトレーニング 10:00 会	寿々奈会 1:30 体
7 土	☆ ゲートボール 9:30 ゲ フラダンス(前期) 10:00 体 コーラス(前期) 10:00 会	卓球教室(前期) 2:00 体
8 日	<休館日>	
9 月	☆ 予防体操(月) 10:00 体	☆ 健康相談 1:00 相 ☆ 社交ダンス 2:00 体 やさしいウクレレ 2:00 会
10 火	もっと!いきいきトレーニング 10:00 体	四季の会 1:00 会 K. Wave '12(ウクレレ) 1:30 体
11 水	☆ ゲートボール 9:30 ゲ カラオケ女唄 10:00 会	絵手紙Ⅰ 1:00 会 ふれあい体操Ⅰ 1:00 体 ふれあい体操Ⅱ 2:00 体 絵手紙Ⅱ 3:00 会
12 木	☆ はじめてのヨガⅠ 9:30 体 マイテジーナ 10:30 会 ☆ はじめてのヨガⅡ 11:00 体	☆ 健康相談 1:00 相 ☆ 予防体操(木) 2:00 体 お口いきいき 2:30 一
13 金	☆ スリム体操 10:00 体 歴史文学(前期) 10:00 会	さくら 1:30 体 エーデルワイス 1:30 会
14 土	☆ ゲートボール 9:30 ゲ ☆ リラックス 10:00 体 書楽会(土) 10:00 会	書楽会(土) 1:30 会 卓球教室(前期) 2:00 体

☆印がついている教室は自由参加です

2014年5月24日(土)発行

日曜	午前	午後
15 日	☆ 映画鑑賞会 10:00 会	☆ 映画鑑賞会 13:30 会
16 月	☆ 予防体操(月) 10:00 体	☆ 健康相談 1:00 相
17 火	レクダンス(前期) 10:00 体 雲雀の会 10:00 会	雲雀の会 1:00 会 ☆ らくらく体操 2:00 体
18 水	☆ ゲートボール 9:30 ゲ やさしい体操 10:00 体 カラオケ男唄(前期) 10:00 会	☆ 太極拳(入門) 1:30 体 ふじの会(折り紙) 1:30 会1 囲碁同好会亀戸 1:30 会2 茶友会 1:30 二 ☆もうちょっと太極拳 3:00 体
19 木	シャクナゲ会 10:00 体 書楽会(木) 10:00 会	☆ 健康相談 1:00 相 ☆ 予防体操(木) 2:00 体 たのしい手芸(前期) 2:00 会 お口いきいき 2:30 一
20 金	もっと!いきいきトレーニング 10:00 体	寿々奈会 1:30 体 やさしい折り紙(前期) 2:00 会
21 土	☆ ゲートボール 9:30 ゲ フラダンス(前期) 10:00 体 コーラス(前期) 10:00 会	認知症介護家族セミナー 1:00 会
22 日	<休館日>	
23 月	☆ 予防体操(月) 10:00 体	☆ 社交ダンス 2:00 体 やさしいウクレレ 2:00 会
24 火	レクダンス(前期) 10:00 体	四季の会 1:00 会 ☆ らくらく体操 2:00 体
25 水	☆ ゲートボール 9:30 ゲ やさしい英会話 10:00 会	ふれあい体操Ⅰ 1:00 体 囲碁同好会亀戸 1:30 二 ふれあい体操Ⅱ 2:00 体 俳句 2:00 会
26 木	☆ はじめてのヨガⅠ 9:30 体 マイテジーナ 10:30 会 ☆ はじめてのヨガⅡ 11:00 体	☆ 健康相談 1:00 相 書道かな 1:00 会 ☆ 予防体操(木) 2:00 体 お口いきいき 2:30 一 書道漢字 3:00 会
27 金	☆ スリム体操 10:00 体 歴史文学(前期) 10:00 会	さくら 1:30 体 エーデルワイス 1:30 会
28 土	☆ ゲートボール 9:30 ゲ ☆ リラックス 10:00 体 書楽会(土) 10:00 会	書楽会(土) 1:30 会
29 日	<休館日>	
30 月		☆ 下町舞踊 2:00 体