

8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	金	☆ スリム体操 マイテジーナ	10:00 10:30	体 会	寿々奈会 折り紙サロン	1:30 2:00	体 会
2	土	フラダンス(前期) コーラス(前期)	10:00 10:00	体 会	卓球教室(前期)	2:00	体
3	日						
4	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 やさしいウクレレ	1:00 2:00	相 会
5	火	レクダンス(前期) もっど!いきいきトレーニング	10:00 10:00	体 会	雲雀の会 K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:00 1:30 2:00	会 一 体
「自悠大学」手続き 9:30~4:00							
6	水	やさしい体操 カラオケ男唄(前期)	10:00 10:00	体 会	☆ 太極拳(入門) 囲碁同好会亀戸 茶友会 ☆もうちょっと太極拳	1:30 1:30 1:30 3:00	体 会 二 体
7	木	さわやか元気ウォーキング シャクナゲ会 書楽会(木)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	☆ 健康相談 ☆ 予防体操(木) たのしい手芸(前期)	1:00 2:00 2:00	相 体 会
8	金	もっど!いきいきトレーニング 歴史文学(前期) 園芸クラブ	10:00 10:00 10:00	体 会 二	さくら エーデルワイス	1:30 1:30	体 会
9	土	☆ リラックス 書楽会(土)	10:00 10:00	体 会	書楽会(土)	1:30	会
10	日	<休館日>					
11	月				☆ 健康相談	1:00	相
12	火				K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:30 2:00	会 体
13	水	やさしい英会話	10:00	会			
14	木	☆ はじめてのヨガⅠ ☆ はじめてのヨガⅡ	9:30 11:00	体 体			
15	金	舟灯籠工作会 9:30~4:30(体育室) 納涼映画会 9:30~12:00/1:30~3:00(会議室)					
16	土	フラダンス(前期)	10:00	体			
17	日						

☆印がついている教室は自由参加です。

2014年7月25日(金)発行

日	曜	午 前		午 後			
18	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 ☆ 下町舞踊 やさしいウクレレ	1:00 2:00 2:00	相 体 会
19	火	レクダンス(前期)	10:00	体	雲雀の会 K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:00 1:30 2:00	会 一 体
20	水	やさしい体操 カラオケ男唄(前期)	10:00 10:00	体 会	ふれあい体操Ⅰ ふじの会(折り紙) 囲碁同好会亀戸 ふれあい体操Ⅱ	1:00 1:30 1:30 2:00	体 会1 会2 体
21	木	シャクナゲ会 食育応援講座(調理実習)	10:00 10:00	体 外	☆ 健康相談 ☆ 予防体操(木) たのしい手芸(前期)	1:00 2:00 2:00	相 体 会
22	金	☆ スリム体操 歴史文学(前期)	10:00 10:00	体 会	さくら エーデルワイス	1:30 1:30	体 会
23	土	☆ リラックス 書楽会(土)	10:00 10:00	体 会	書楽会(土) 卓球教室(前期)	1:30 2:00	会 体
24	日	<休館日>					
25	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 ☆ 社交ダンス 東洋大学特別セミナー	1:00 2:00 2:00	相 体 会
26	火	レクダンス(前期) 介護予防事業説明会	10:00 10:00	体 会	四季の会 K. Wave '12(ウクレレ)	1:00 1:30	会 体
27	水	カラオケ女唄	10:00	会	ふれあい体操Ⅰ 囲碁同好会亀戸 ふれあい体操Ⅱ	1:00 1:30 2:00	体 二 体
28	木	☆ はじめてのヨガⅠ 手芸サロン マイテジーナ ☆ はじめてのヨガⅡ	9:30 10:00 10:30 11:00	体 一 会 体	書道かな ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 2:00 3:00	会 体 会
29	金	☆ スリム体操 もっど!いきいきトレーニング	10:00 10:00	体 会			
30	土	☆ リラックス マイテジーナ	10:00 10:30	体 会	マイテジーナ ふれあい寄席	1:00 2:00	会 一
31	日						

障害者福祉センターによる「出張販売会」を開催します!
日 程 : 8月20日(水) 11:00~12:30の内、1時間程度予定