

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	水	☆ ゲートボール やさしい体操 カラオケ男唄(前期)	9:30 10:00 10:00	☆ 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
2	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	お口いきいき たのしい手芸(前期)	1:30 2:00	一 会
3	金	もっと!いきいきトレーニング	10:00	かつぼれ入門教室 折り紙の集い 寿々奈会	1:30 2:00 3:00	体 会 体
4	土	☆ ゲートボール フラダンス(前期) コーラス(前期)	9:30 10:00 10:00	卓球教室(前期)	2:00	体
5	日					
6	月	☆ 予防体操(月) いきいき食生活	10:00 10:00	☆ 下町舞踊	2:00	体 二
7	火	レクダンス(前期) 雲雀の会	10:00 10:00	☆ 健康相談 雲雀の会 K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:00 1:00 1:30 2:00	相 会 一 体
8	水	☆ ゲートボール やさしい英会話 亀戸わくわくトレーニング	9:30 10:00 10:30	ふれあい体操	1:15	体
9	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	☆ 健康相談 お口いきいき ☆ 予防体操(木)	1:00 1:30 2:00	相 一 体
10	金	☆ スリム体操 歴史文学(前期)	10:00 10:00	エーデルワイス さくら	1:20 1:30	会 体
11	土	☆ ゲートボール ☆ リラックス	9:30 10:00	卓球教室(前期)	2:00	体
12	日	<休館日>				
13	月	いきいき食生活 ☆ 予防体操(月)	9:30 10:00	☆ 社交ダンス やさしいウクレレ	2:00 2:00	体 会
14	火	もっと!いきいきトレーニング はじめての水彩画教室	10:00 10:00	四季の会 K. Wave '12(ウクレレ)	1:00 1:30	会 体
15	水	どきどき見学会 ☆ ゲートボール やさしい体操 カラオケ男唄(前期)	9:00 9:30 10:00 10:00	絵手紙Ⅰ ☆ 太極拳(入門) 囲碁同好会亀戸 茶友会 ☆もうちょっと太極拳 絵手紙Ⅱ	1:00 1:30 1:30 1:30 3:00 3:00	会 体 一 二 体 会

※今月の「亀戸わくわくトレーニング」開催日：7月8日(木)、22日(木)

☆印がついている教室は自由参加です

2015年6月25日(木)発行

日	曜	午 前		午 後		
16	木	シャクナゲ会 書楽会(木)	10:00 10:00	☆ 健康相談 お口いきいき ☆ 予防体操(木) たのしい手芸(前期)	1:00 1:30 2:00 2:00	相 一 体 会
17	金	熱中症対策講座 ☆ スリム体操 英会話クラブ	10:00 10:00 10:00	☆ 健康相談 お口いきいき ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 1:30 2:00 3:00	会 体 一 体
18	土	☆ ゲートボール フラダンス(前期) コーラス(前期)	9:30 10:00 10:00	かつぼれ入門教室 やさしい折り紙(前期) 寿々奈会	1:30 2:00 3:00	体 会 会
19	日	☆ 映画鑑賞会	10:00	☆ 映画鑑賞会	1:30	会
20	月	いきいき食生活	10:00	ふれあいのどじまん大会	1:00	深川
21	火	レクダンス(前期) オカリナ入門教室 雲雀の会	10:00 10:00 10:00	☆ 健康相談 雲雀の会 K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:00 1:00 1:30 2:00	相 会 一 体
22	水	☆ ゲートボール カラオケ女唄(前期) 亀戸わくわくトレーニング	9:30 10:00 10:30	ふれあい体操 囲碁同好会亀戸 ふじの会(折り紙)	1:15 1:30 1:30	体 会1 会2
23	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	☆ 健康相談 書道かな お口いきいき ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 1:00 1:30 2:00 3:00	相 会 一 体 会
24	金	もっと!いきいきトレーニング 歴史文学(前期)	10:00 10:00	エーデルワイス さくら	1:20 1:30	会 体
25	土	☆ ゲートボール ☆ リラックス 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	書楽会(土)	1:30	会
26	日	<休館日>				
27	月	☆ 予防体操(月)	10:00	☆ 社交ダンス やさしいウクレレ	2:00 2:00	体 会
28	火	レクダンス(前期) もっと!いきいきトレーニング	10:00 10:00	☆ 健康相談 四季の会 K. Wave '12(ウクレレ) ☆ らくらく体操	1:00 1:00 1:30 2:00	相 会 一 体
29	水	やさしい英会話	10:00	絵手紙Ⅰ 絵手紙Ⅱ	1:00 3:00	会 会
30	木	シャクナゲ会	10:00			
31	金	☆ スリム体操 歴史文学(前期)	10:00 10:00			