

1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	年末年始休館 平成27年12月29日(火)～平成28年1月3日(日)					
2 土						
3 日						
4 月						
5 火	新春深川七福神めぐり	9:30	外			
6 水	☆ ゲートボール やさしい体操	9:30 10:00	ゲ 体	☆ 太極拳(入門) 囲碁同好会亀戸 ☆ もうちょっと太極拳	1:30 1:30 3:00	体 会 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) お口いきいき たのしい手芸(後期)	1:00 2:00 1:30 2:00	相 体 — 会
8 金	もっと!いきいきトレーニング	10:00	体	エーデルワイス さくら 折り紙の集い	1:20 1:30 2:00	会 体 —
9 土	☆ ゲートボール ☆ リラックス 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土) 卓球教室(後期)	1:30 2:00	会 体
10 日	<休館日>					
11 月	いきいき食生活	10:00	会			
12 火	レクダンス(後期) はじめての水彩画教室 雲雀の会	10:00 10:00 10:00	体 会 二	☆ 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 — 体
13 水	☆ ゲートボール カラオケ女唄(後期) 亀戸わくわくトレーニング	9:30 10:00 10:15	ゲ 会 体	ふれあい体操	1:15	体
14 木	手芸サロン ☆ はじめてのヨガ I マイテジナー ☆ はじめてのヨガ II	9:30 9:30 10:30 11:00	— 体 会 体	☆ 健康相談 ☆ 予防体操(木) お口いきいき 自悠大学	1:00 2:00 1:30 2:00	相 体 — 会
15 金	☆ スリム体操 もっと!いきいきトレーニング ENGLISH CLUB ひまわりクラブ(園芸)	10:00 10:00 10:00 10:30	体 会 — 二	寿々奈会 やさしい折り紙(後期) 寿々奈会	1:00 2:00 3:00	体 会 — 二
16 土	☆ ゲートボール フラダンス(後期) コーラス(後期)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	卓球教室(後期) 茶道入門教室	2:00 2:00	体 二

☆印がついている教室は自由参加です。

2015年12月25日(金)発行

日曜	午前			午後		
17 日				☆ 映画鑑賞会	12:30	会
18 月	K. Wave '12(ウクレレ) ☆ 予防体操(月) いきいき食生活	9:30 10:00 10:00	— 体 会	雲雀の会 ☆ 下町舞踊 自悠大学	1:00 2:00 2:00	二 体 会
19 火	レクダンス(後期) オカリナ入門教室 雲雀の会	10:00 10:00 10:00	体 会 —	☆ 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 1:00 2:00	相 会 — 体
20 水	☆ ゲートボール やさしい体操 カラオケ男唄(後期)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	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 — 二 体 会
21 木	シャクナゲ会 書楽会(木)	10:00 10:00	体 会	お口いきいき たのしい手芸(後期)	1:30 2:00	— 会
22 金	☆ スリム体操 歴史文学(後期)	10:00 10:00	体 会	エーデルワイス さくら	1:20 1:30	会 体
23 土	☆ ゲートボール ☆ リラックス 書楽会(土)	9:30 10:00 10:00	ゲ 体 会	書楽会(土)	1:30	会
24 日	<休館日>					
25 月	K. Wave '12(ウクレレ) ☆ 予防体操(月) いきいき食生活	9:30 10:00 10:00	— 体 会	☆ 社交ダンス 自悠大学	2:00 2:00	体 会
26 火	レクダンス(後期) もっと!いきいきトレーニング	10:00 10:00	体 会	☆ 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 1:00 2:00	相 会 — 体
27 水	☆ ゲートボール カラオケ女唄(後期) 亀戸わくわくトレーニング	9:30 10:00 10:15	ゲ 会 体	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
28 木	手芸サロン ☆ はじめてのヨガ I マイテジナー ☆ はじめてのヨガ II	9:30 9:30 10:30 11:00	— 体 会 体	☆ 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 — 体 会
29 金	☆ スリム体操 もっと!いきいきトレーニング	10:00 10:00	体 会			
30 土	フラダンス(後期)	10:00	体			
31 日						