

平成28年10月プログラム

	月	火	水	木	金	土
						1
11:00 ~						太極拳体操
14:00 ~						フラワーサークル ロープウェイ
	3	4	5	6	7	8
11:00 ~	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)	演歌体操	演歌体操	演歌体操
14:00 ~	切り絵サークル ロープウェイ	書道サークル 匠の会	書道サークル お手玉カーリング	手芸サークル お手玉カーリング	墨絵サークル お手玉カーリング	塗り絵サークル ストラック
	10	11	12	13	14 	15
11:00 ~	民謡体操	民謡体操	民謡体操	Styleエクササイズ (棒体操)	ヨガ体操	Styleエクササイズ (棒体操)
14:00 ~	バイオリン鑑賞会	書道サークル 匠の会	書道サークル 絵合わせ	手話ダンス	カラオケ	塗り絵サークル ギリギリストップ
	17 	18	19	20	21	22
11:00 ~	Styleエクササイズ (重錘体操)	ぷーさんの日	Styleエクササイズ (重錘体操)	おとセン体操	おとセン体操	おとセン体操
14:00 ~	書道サークル ギリギリストップ	折り紙サークル ギリギリストップ	キックバック	絵手紙サークル キックバック	美☆クラブ キックバック	フラダンス鑑賞会
	24	25	26	27	28	29
11:00 ~	太極拳体操	太極拳体操	太極拳体操	Styleエクササイズ (セラバンド体操)	Styleエクササイズ (セラバンド体操)	Styleエクササイズ (セラバンド体操)
14:00 ~	書道サークル ストラック	和太鼓演奏	ゲーゴル	手芸サークル ゲーゴル	カラオケ	カラオケ
	31	ご利用日でない日の臨時利用もお待ちしております 仲町高齢者在宅サービスセンター 電話 5966-7001				
11:00 ~	演歌体操					
14:00 ~	切り絵サークル ゲーゴル					

イベント

10日 バイオリン鑑賞会
(ストリングス)

13日 手話ダンス
(さくらんぼシスターズ)

14日 ヨガ体操
(深澤先生)

18日 ぷーさんの日
(交流保育)

21日 美☆クラブ

22日 フラダンス鑑賞会
(ブルメリア)

25日 和太鼓演奏会
(夢工房)

誕生会
17日 (月)
開催いたします!