

7月の予定

2017 July



日		午前			午後		
1	土	男の体操	10:00	体育室	太極舞 ●レクダンス	14:00 15:30	体育室 体育室
2	日				8月講座募集受付 1日(土)~3日		
3	月	おもてなし英会話	10:00	会議室			
4	火	●ゲートボール	9:30	屋外			
5	水				運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室
					写経をはじめ	13:30	会議室
6	木	●ゲートボール 歴史への誘い	9:30 10:00	屋外 会議室	ズンバゴールド	14:00	体育室
7	金						
8	土	男の体操 ○映画鑑賞会	10:00 10:00	体育室 会議室	太極舞 ○映画鑑賞会	14:00 13:30	体育室 会議室
9	日	休 館 日					
10	月				声を出そう！詩吟教室 ○カローリング	13:30 15:15	会議室 体育室
11	火	●ゲートボール 古典文学	9:30 10:00	屋外 会議室	○ヘルマンハーブ ○筋力マシンアドバイス	13:30 13:30	会議室 訓練室
12	水				運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室
13	木	●ゲートボール ○元気の薬箱	9:30 10:00	屋外 第二教養娯楽室	ズンバゴールド 傾聴いきいきサロン ふれあいカルチャー①	14:00 13:30 13:30	体育室 会議室 第二教養娯楽室
14	金	○食べるにこだわる講座 (口腔ケア)	10:00	会議室	彩り☆舞踊 歌声サロン	13:30 13:30	体育室 会議室
15	土	男の体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	太極舞 笑顔で民謡	14:00 13:30	体育室 会議室

16	日						
17	月	おもてなし英会話	10:00	会議室	●手芸クラブ	13:30	第二教養娯楽室
18	火	●ゲートボール はじめよう！フラワーアレンジ	9:30	屋外	○大人のぬりえ倶楽部	13:30	会議室
			10:00	会議室			
19	水				運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室
					写経をはじめ	13:30	会議室
20	木	●ゲートボール 歴史への誘い	9:30	屋外	ズンバゴールド	14:00	体育室
			10:00	会議室	ふれあいカルチャー②	13:30	第二教養娯楽室
21	金						
22	土	男の体操 みんなのコーラス	10:00	体育室	○筋カマシンアドバイス	13:30	体育室
			10:00	会議室	○オレンジリング ネットワーク	13:30	会議室
					●レクダンス	15:30	体育室
23	日	休 館 日					
24	月	四季のおりがみ	10:00	会議室	●手芸クラブ	13:30	第二教養娯楽室
					声を出そう！詩吟教室	13:30	会議室
25	火	古典文学	10:00	会議室	○折り紙で壁面装飾	13:30	会議室
26	水				運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室
27	木				ズンバゴールド	14:00	体育室
					○ラ・ラ・ラ・ハーモニー	13:30	会議室
28	金	○食べるにこだわる講座 (栄養改善)	10:00	会議室	歌声サロン	13:30	会議室
					彩り☆舞踊	13:30	体育室
29	土	初心者のペン習字	10:00	会議室	○JOY＼(o^)/＜♪ら♪ぶ	13:30	体育室
					笑顔で民謡	13:30	会議室
30	日				●城東ダンスフェス	13:00	体育室
31	月				○カロリーニング	15:15	体育室

●→自由参加 ○→事前申込みです。その他は受講生確定のため途中参加ができません。

城東ふれあいセンター 3640-8651

