

# 5月の予定

2017  
May



日	曜	午前			午後		
1	月	中国体操 おもてなし英会話	10:00 10:00	体育室 会議室	はつらつ体操スーパー	13:30	体育室
2	火	はつらつ体操ソフト	10:00	体育室			
3	水						
4	木						
5	金						
6	土	らくらく体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 笑顔で民謡 ●レクダンス	13:30 13:30 15:30	体育室 会議室 体育室
7	日	ギターコンサート	10:30	会議室			
8	月	中国体操	10:00	体育室	はつらつ体操スーパー 声を出そう！詩吟教室	13:30 13:30	体育室 会議室
9	火	●ゲートボール はつらつ体操ソフト 古典文学	9:30 10:00 10:00	屋外 体育室 会議室	○筋カマシンアドバイス ○はんこクラフト	13:30 13:30	訓練室 会議室
10	水	スローエアロ	10:00	体育室	運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室
11	木	●ゲートボール 脳いきいき散歩 はつらつ体操ハード	9:30 10:00 10:00	屋外 屋外 体育室	○傾聴いきいきサロン こつこつ体操	13:30 13:30	会議室 体育室
12	金	はつらつ体操ソフト	10:00	体育室	彩り☆舞踊 歌声サロン	13:30 13:30	体育室 会議室
13	土	らくらく体操 みんなのコーラス	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 ○大人のぬりえ倶楽部	13:30 13:30	体育室 会議室
14	日	<b>休 館 日</b>					
15	月	中国体操 おもてなし英会話	10:00 10:00	体育室 会議室	はつらつ体操スーパー ●手芸クラブ ○カロリーニング	13:30 13:30 15:15	体育室 <small>第二教養倶楽室</small> 体育室
16	火	●ゲートボール はつらつ体操ソフト はじめよう！フラワーアレンジ	9:30 10:00 10:00	屋外 体育室 会議室	○折り紙で壁面装飾	13:30	会議室
17	水	スローエアロ	10:00	体育室	運動栄養お口の複合教室 写経をはじめ	13:00 13:30	体育室 会議室

18	木	●ゲートボール 脳いきいき散歩 はつらつ体操ハード 歴史への誘い 食べるにこだわる講座	9:30 10:00 10:00 10:00 10:00	屋外 屋外 体育室 会議室 第二教養娯楽室	こつこつ体操	13:30	体育室	
19	金	はつらつ体操ソフト	10:00	体育室				
20	土	らくらく体操 初心者のペン習字	10:00 10:00	体育室 会議室	のびのび体操 笑顔で民謡 ●レクダンス	13:30 13:30 15:30	体育室 会議室 体育室	
21	日							
22	月	中国体操 四季のおりがみ	10:00 10:00	体育室 会議室	はつらつ体操スーパー ●手芸クラブ 声を出そう！詩吟教室 カローリング	13:30 13:30 13:30 15:15	体育室 第二教養娯楽室 会議室 体育室	
23	火	●ゲートボール はつらつ体操ソフト 古典文学	9:30 10:00 10:00	屋外 体育室 会議室	〇JOY＼(´o`)／く♪ら♪び	13:30	会議室	
24	水	スローエアロ	10:00	体育室	運動栄養お口の複合教室	13:00	体育室	
25	木	●ゲートボール 脳いきいき散歩 はつらつ体操ハード 食べるにこだわる講座	9:30 10:00 10:00 10:00	屋外 屋外 体育室 西大島総合区 民センター	こつこつ体操 〇ラ・ラ・ラ・ハーモニー	13:30 13:30	体育室 会議室	
26	金	はつらつ体操ソフト 〇元気の薬箱	10:00 10:00	体育室 第二教養娯楽室	彩り☆舞踊 歌声サロン	13:30 13:30	体育室 会議室	
27	土	らくらく体操 みんなのコーラス	10:00 10:00	体育室 会議室	〇筋カマシンアドバイス 〇オレンジリング ネット ワーク	13:30 13:30	訓練室 会議室	
28	日	<b>休 館 日</b>						
29	月				〇大正琴コンサート	13:30	体育室	
30	火	●ゲートボール 〇映画鑑賞会	9:30 10:00	屋外 会議室	〇ふれあいカルチャー 〇映画鑑賞会	13:30 13:30	第二教養娯楽室 会議室	
31	水	スローエアロ	10:00	体育室	運動栄養お口の複合教室 写経をはじめ	13:00 13:30	体育室 会議室	

※25日（木）の「食べるにこだわる講座」は調理実習のため西大島総合区民センターで行います。

●→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**