

老人憩所 令和4年 10月 予定表 (百石町3-1-30 高知市南部健康福祉センター 2階)

【おことわり】

*社会情勢により開催日変更の可能性があります。お手数ですが10月の日時に関しては各自で実施予定日までにご確認ください
ますようお願いいたします。【老人憩所(土日祝は休館) ☎ 831-3324】

定例講座					自主講座									
講座名	日	曜	時間	教室名	講座名	日	曜	時間	教室名	講座名	日	曜	時間	教室名
洋裁	6・20	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橋	14・28	金	10:00-12:00	教養A	憩押し花	4・18	火	13:30-15:30	教養B
折り紙	4	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	休	木	9:30-11:30	ホールA	英語	6・20	木	10:30-12:00	教養A
絵手紙	20	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	27	木	9:30-11:30	ホールA-C	編物	24	月	9:30-15:30	教養B
ピラティス	12・26	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	7・21	金	10:00-12:00	教養B	陶芸	4・18	火	9:30-15:30	教養C D
コーラス	12・26	水	13:30-15:30	ホールA	絵手紙月組	3・17 31	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 2	14・28	金	10:00-15:30	教養C D
フラダンス	17・24	月	10:00-12:00	ホールA ホールBC						憩民踊	6・20	木	13:30-15:30	ホールA-C
社交ダンス	3・17	月	13:30-15:30	ホールA-C	憩健康会B	6・20	木	10:00-11:30	ホールA-C	洋裁 B	3・17	月	10:00-15:30	教養C D
				ホールBC	憩ヨーガ	7・21	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	5・19	水	10:00-15:30	教養C D
ヨーガ	13・27	木	13:30-15:30	和室A-D	憩ヨーガ	7・21	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	12・26	水	10:00-15:30	教養C D
真向体操	4・18	火	10:00-11:30	和室A-D	楽しいヨーガ	12・26	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	14・28	金	9:30-16:00	音楽室
つまみ細工	4・18	火	13:30-15:30	教養A	元気ヨーガ	5・19	水	13:30-15:30	和室A-D	憩社交ダンス	24	月	13:30-15:30	ホールBC
ゆる体操	6・20	木	10:00-12:00	和室A-D	アロハ レディース (フラダンス)	12・26	水	13:30-15:30	ホールBC	憩あひる会 (社交ダンス)	12・26	水	10:00-12:00	ホールA-C
講座自由民権	13・27	木	13:30-15:00	教養A	憩コーラス	5・19	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩白鳥会A (社交ダンス)	4・18	火	10:00-12:00	ホールA-C
楽旅英会話	27	木	10:30 - 12:00	教養A	ひばり コーラス①	3・17	月	13:00-15:45	音楽室	憩囲碁	7・21	金	13:00-15:00	教養A
ビーズアクセ サリー	17	月	10:00-12:00	教養A	ひばり コーラス②	24	月	10:00-11:30	ホールA	囲碁中上級	14・28	金	13:00-15:00	教養A
太極拳	11・25	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A (カラオケ)	7・21	金	9:00-16:00	音楽室	のぎく3B	17・24	月	13:30-15:00	ホールA
囲碁大会級	27	木	9:00~13:00	教養B	南部歌謡B (カラオケ)	11・25	火	13:00-16:00	音楽室	ひまわりの会 (3B体操)	13・27	木	10:00-11:30	和室A-D
女性大学合同					詩吟 (関心)	4・18	火	13:30-15:30	音楽室	憩太極拳	3・17	月	10:00-11:30	ホールBC
					7	金	10:00~	野外学習	茶道	5・19	水	9:00-12:30	和室A B	<p style="text-align: center;">☆ 駐車場について ☆</p> <p>※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。</p> <p>※一般の方の駐車は白線内をお願いします。</p> <p>※黄線内は講師・役員の駐車場です。</p> <p>※空きスペースに駐車する時は、1階受付 へのナンバー等告げるようお願いします。</p>
生き活き大学					憩すみれ会 (華道)	12・26	水	9:30-11:30	教養A					
28	金	10:30~14:00	ホールA-C	憩筆会B (書道)	6・20	木	9:30-12:00	教養B						
ミニデイいこい会					<p style="text-align: center;">* 自主講座 *</p> <p style="text-align: center;">自主講座は、空きがあれば 随時入講できます (*~*)</p> <p style="text-align: center;">興味がある講座は一度見学して 月謝等確認してください。</p>									
5・19	水	10:00~12:00	ホールA											
<p>企画委員会は毎月第一火曜日 午前9:30からホールAで行います。 事務局までとりにおいでてください。</p>														
企画委員会	4	火	9:30-10:00	ホールA	ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。									