

老人憩所 令和5年 11月 予定表 (土日・祝日休館)百石町3-1-30 電話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	2・16	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橋	10・24	金	10:00-12:00	教養A	英語	2・16	木	10:30-12:00	教養A
折り紙	7	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	2	木	9:30-11:30	ホールA	陶芸	7・21	火	9:30-15:30	教養CD
絵手紙	2・16	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	1	水	9:30-11:30	教養B	洋裁 2	10・24	金	10:00-15:30	教養CD
ピラティス	8・22	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	17・24	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 1	9	木	10:00-15:30	教養CD
コーラス	8・22	水	13:30-15:30	ホールA	絵手紙月組	6・20	月	10:00-12:00	教養B		17	金		
フラダンス	13・27	月	10:00-12:00	ホールBC	憩民踊	2・16	木	13:30-15:30	ホールA-C	洋裁 B	6	月	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	9・30	木	13:30-15:30	和室A-D	憩健康会B	9・16	木	10:00-11:30	ホールA-C		20			
真向体操	7・21	火	10:00-11:30	和室A-D	憩ヨーガ	10	金	10:00-12:00	和室A-D	洋裁 C	1・15	水	10:00-15:30	教養CD
つまみ細工	7・21	火	13:30-15:30	教養A		17		13:30-15:30		洋裁 華	8・22	水	10:00-15:30	教養CD
ゆる体操	2・16	木	10:00-12:00	和室A-D	楽しいヨーガ	8・22	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	10・24	金	9:30-16:00	音楽室
楽旅英会話	9・30	木	10:30-12:00	教養A	元気ヨーガ	1	水	13:30-15:30	和室A-D	憩社交ダンス	13	月	13:30-15:30	ホールBC
ビーズアクセサリ	13	月	10:00-12:00	教養B		15								
太極拳	14・28	火	10:00-11:30	ホールBC	アロハ レディース (フラダンス)	8・22	水	13:30-15:30	ホールBC	憩あひる会 (社交ダンス)	8・22	水	10:00-12:00	ホールA-C
ととのえる体操	2・16	木	13:00-14:15	和室A-D	憩コーラス	1・15	水	13:30-15:30	ホールA-C					
すこやか運動	6・20	月	13:30-15:00	和室A-D	ひばり コーラス①	6・20	月	13:30-15:00	音楽室	憩白鳥会A (社交ダンス)	7	火	10:00-12:00	ホールA-C
囲碁大会級	休	木	9:00~13:00	教養B	ひばり コーラス②	13・27	月	10:00-11:30	ホールA		21			
女性大学 2年生					南部歌謡A (カラオケ)	8	水	13:00-16:00	音楽室	憩囲碁	17	金	13:00-15:00	教養A
						10				金	10:00~14:30	ホールA-C	17	金
女性大学 3年生					南部歌謡B (カラオケ)	14	火	13:30-16:00	音楽室	囲碁中上級	10・24	金	13:00-15:00	教養A
						17				金	10:00~14:30	ホールA-C	28	火
生き活き大学					詩吟 (関心)	21	火	13:30-15:30	音楽室	ひまわりの 会(ゆる体操)	9	木	10:00-11:30	和室A-D
						24					金			
ミニデイいこい会					憩すみれ会 (華道)	8・22	水	9:30-11:30	教養A	憩太極拳	6	月	10:00-11:30	ホールBC
						1・15					水			
企画委員会	7	火	9:30-10:00	ホールA	<p style="text-align: center;"><b>☆ 自主講座 ☆</b></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階受付へ車のナンバー等告げるようお願いします。</p>									
<p><b>企画委員会は毎月第1火曜日</b></p> <p><b>午前9:30からホールAで行います。</b></p> <p><b>企画委員会欠席者は資料を</b></p> <p><b>事務局まで取りにおいでください。</b></p>														
<p style="text-align: center;"><b>* 自主講座 *</b></p> <p style="text-align: center;"><b>自主講座は、空きがあれば</b></p> <p style="text-align: center;"><b>随時入講できます (*~*)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>興味がある講座は一度見学して</b></p> <p style="text-align: center;"><b>月謝等確認してください。</b></p>														
<p>ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。</p>														