

老人憩所 令和6年 8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	1	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橋	23	金	10:00-12:00	教養A	陶芸	6・20	火	9:30-16:00	教養CD
折り紙	6	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	1	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	9・23	金	10:00-15:30	教養CD
絵手紙	1	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	7	水	9:30-11:30	教養B	洋裁 1	2・16	金	10:00-15:30	教養CD
ピラティス	14	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	2・16	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	5・19	月	10:00-15:30	教養CD
コーラス	14	水	13:30-15:30	音楽室	絵手紙月組	休	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 C	7・21	水	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	26	月	10:00-12:00	ホールBC	憩民踊	1・15	木	13:30-15:30	ホールA-C	洋裁 華	14	水	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	8	木	13:30-15:30	和室A-D	憩ヨーガ	2・16	金	13:30-15:30	和室A-D		28			
真向体操	6	火	10:00-11:30	和室A-D	楽しいヨーガ	14・28	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	9・23	金	9:30-16:00	音楽室
つまみ細工	6	火	13:30-15:30	教養A	元気ヨーガ	7・21	水	13:30-15:30	和室A-D	憩社交ダンス	26	月	13:30-15:30	ホールBC
ゆる体操	1	木	10:00-11:30	和室A-D	アロハ レディース (フラダンス)	14・28	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩あひる会 (社交ダンス)	14	水	10:00-12:00	ホールA-C
らくらく 英会話	13	火	10:00-11:00	教養A	憩コーラス	7・21	水	13:30-15:30	ホールA-C		28			
ビーズアクセ サリー	26	月	10:00-12:00	教養B	ひばり コーラス①	5・19	月	13:30-15:00	音楽室	憩白鳥会 (社交ダンス)	6	火	10:00-12:00	ホールA-C
太極拳	13	火	10:00-11:30	ホールBC	ひばり コーラス②	26	月	10:00-11:30	ホールA		20			
ととのえ る体操	1・15	木	13:00-14:15	和室A-D	南部歌謡A (カラオ)	2・16	金	13:00-16:30	音楽室	憩囲碁	2・16	金	13:00-15:00	教養A
すこやか 運動	5	月	13:30-15:00	和室A-D	南部歌謡B (カラオ)	13・27	火	13:30-15:30	音楽室	囲碁中上級	9・23	金	13:00-15:00	教養A
囲碁大会級	22	木	9:00-13:00	教養A	詩吟 (関心流)	6・20	火	13:30-15:30	音楽室	のぎく3B	26	月	13:30-15:00	ホールA
生き活き大学					茶道	7・21	水	9:00-12:30	和室A-B	憩太極拳	5	月	10:00-11:30	ホールBC
					23	金	10:30-14:00	ホールA-C	憩すみれ会 (華道)		休			
ミニデイいこい会					憩筆会B (書道)	1・15	木	9:30-12:00	教養B	なごやか 体操	1	木	14:30-15:30	和室A-D
					7・21	水	10:00-12:00	ホールA	* 自主講座 *					
【企画委員会】 企画委員会は毎月第一火曜日 午前9時30分からホールAで行い ます。企画委員会欠席者は資料を 事務局まで取りにおいで下さい。					自主講座は、空きがあれば 随時入講できます。 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。					駐車場について ※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。 ※一般の方の駐車場は白線内をお願いします。 ※黄線内は講師・役員の駐車場です。 ※空きスペースに駐車する時は、1階受付 へ車のナンバー等を告げるようお願いします。				