

老人憩所 令和6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	7・21	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	8・22	金	10:00-12:00	教養A	陶芸	5・19	火	9:30-16:00	教養CD
折り紙	5	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	7	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	8	金	10:00-15:30	教養CD
絵手紙	7・21	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	6	水	9:30-11:30	教養B		22			
ピラティス	27	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	1・15	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 1	1・15	金	10:00-15:30	教養CD
コーラス	6・27	水	13:30-15:30	音楽室	絵手紙月組	18	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	18・25	月	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	18	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	7・21	木	13:30-15:30	ホールA-C	洋裁 C	6・20	水	10:00-15:30	教養CD
	25			ホールBC	憩ヨガ	1・15	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	14	木	10:00-15:30	教養CD
ヨガ	14・28	木	13:30-15:30	和室A-D	楽しいヨガ	27	水	13:30-15:30	和室A-D		27	水		
真向体操	5・19	火	10:00-11:30	和室A-D		元気ヨガ	6・20			水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	8・22
つまみ細工	5・19	火	13:30-15:30	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	27	水	13:30-15:30	ホールBC	憩社交ダンス	25	月		
ゆる体操	7・21	木	10:00-11:30	和室A-D	憩コーラス	6・20	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩あひる会 (社交ダンス)	6	水	10:00-12:00	ホールBC
らくらく 英会話	19・26	火	10:00-11:00	教養A	ひばり コーラス①	18	月	13:30-15:30	音楽室		27			ホールA-C
ピースアクセ サリー	18	月	10:00-12:00	教養A	ひばり コーラス②	8	金	15:00-16:30	ホールA	憩白鳥会 (社交ダンス)	5	火	10:00-12:00	ホールA-C
太極拳	26	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A (カラオケ)	25	月	10:00-11:30			19			
ととのえ る体操	7・21	木	13:00-14:15	和室A-D	南部歌謡B (カラオケ)	14	木	13:30-15:30	音楽室	憩囲碁	1・15	金	13:00-15:00	教養A
すこやか 運動	18・25	月	13:30-15:00	和室A-D	26	火	13:00-15:00			教養A	囲碁中上級	8・22	金	13:00-15:00
囲碁大会級	28	木	9:00~13:00	教養A	詩吟 (関心流)	5・19	火	13:30-15:30	音楽室	のぎく3B	25	月	13:30-15:00	ホールA
生き活き大学					茶道	6・20	水	9:00-12:30	和室A-B	憩太極拳	18	月	10:00-11:30	ホールBC
22	金	10:30~14:00	ホールA-C		憩すみれ会 (華道)	27	水	9:30-11:30	教養A	26	火	ホールA		
ミニデイいこい会					憩筆会B (書道)	7	木	9:30-11:30	教養B	ピース・編物	25	月	10:00-12:00	教養B
6・20	水	10:00~12:00	ホールA		なごやか 体操	21				7・21	木	14:30-15:30	和室A-D	
【企画委員会】					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 へ車のカガ-等を告げるようお願いします。									
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。														
企画委員会	5	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。					* 自主講座 * 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。									