

老人憩所 令和8年 1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	8・15	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	9:30-15:30	教養CD	
折り紙	6	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	休	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	15・29	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	休	水	9:30-11:30	教養B	洋裁 1	16	金	10:00-15:30	教養CD	
ピラティス	14・28	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	16・30	金	10:00-12:00	教養B		26	月			
コーラス	14・28	水	10:00-11:30	音楽室	絵手紙月組	5・19	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	5	月	10:00-15:30	教養CD	
フラダンス	19	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	15・29	木	13:30-15:30	ホールA-C		19				
	26			ホールBC	憩ヨーガ	16・30	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	7・21	水	10:00-15:30	教養CD	
ヨーガ	8・22	木	13:30-15:30	和室A-D	楽しいヨーガ	14・28	水	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	14・28	水	10:00-15:30	教養CD	
真向体操	6・20	火	10:00-11:30	和室A-D	元気ヨーガ	7・21	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・20	火	13:30-15:30	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	14・28	水	13:30-15:30	ホールBC	憩社交ダンス	19・26	月	13:30-15:30	ホールBC	
ゆる体操	15・29	木	10:00-11:30	和室A-D	憩コーラス	7・21	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩あひる会 (社交ダンス)	14・28	水	10:00-12:00	ホールBC	
らくらく 英会話	13・27	火	10:00-11:00	教養A	ひばり コーラス①	5・19	月	13:30-15:30	音楽室						
ビーズアクセサリー	19	月	10:00-12:00	教養A	ひばり コーラス②	26	月	10:00-11:30	音楽室	憩白鳥会 (社交ダンス)	6・20	火	10:00-12:00	ホールA-C	
太極拳	13・27	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A (カラオケ)	16・30	金	13:00-16:30	音楽室						
とのえる 体操	15・29	木	13:00-14:30	和室A-D	南部歌謡B (カラオケ)	13	火	13:30-15:30	音楽室	憩囃碁	16	金	13:00-15:00	教養A	
すこやか 運動	5・19	月	13:30-15:00	和室A-D		27				囃碁中上級	9・23	金	13:00-15:00	教養A	
生き活き大学					詩吟 (閑心流)	6・20	火	13:30-15:30	音楽室	のぎく3B	6	火	13:30-15:00	ホールA	
23	金	10:30~11:30		ホールA-C	茶道	7	水	9:00-12:30	和室AB		26	月			
休	水	10:00~12:00		ホールA		21			憩太極拳	5・19	月	10:00-11:30	ホールA		
企画委員会	6	火	9:30-10:00	ホールA	憩すみれ会 (華道)	14・28	水	9:30-11:30	教養A	ビーズ・編物	26	月	10:00-12:00	教養B	
【企画委員会】					憩筆会B (書道)	8・15	木	9:30-11:30	教養B	なごやか 体操	15	木	14:40-15:40	和室A-D	
企画委員会は毎月第1火曜日 午前9:30からホールAで行います。 企画委員会欠席者は資料を 事務局まで取りに来てください。 ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。					*自主講座*	☆駐車場について☆									
企画委員会は毎月第1火曜日 午前9:30からホールAで行います。 企画委員会欠席者は資料を 事務局まで取りに来てください。 ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。					自主講座は、空きがあれば 随時入講できます (*^-^*)	※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。 ※一般の方の駐車は白線内にお願いします。 ※黄線内は講師・役員の駐車場です。									
					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。	※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ようお願いします。									