

老人憩所 令和7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	9・16	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橋	10・24	金	10:00-12:00	教養A	陶芸	7・21	火	9:30-15:30	教養C D	
折り紙	7	火	10:30-11:30	教養A	憩折り紙A	休	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	10・24	金	10:00-15:30	教養C D	
絵手紙	16・30	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	17	金	10:00-15:30	教養C D	
ピラティス	8・22	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	17・31	金	10:00-12:00	教養B	31					
コーラス	8・22	水	13:30-15:30	音楽室	絵手紙月組	6・20	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	6	月	10:00-15:30	教養C D	
フラダンス	20	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	16・30	木	13:30-15:30	ホールA-C	20					
	27			ホールBC	憩ヨーガ	17・31	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	15・29	水	10:00-15:30	教養C D	
ヨーガ	9・23	木	13:30-15:30	和室A-D	楽しいヨーガ	8・22	水	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	8・22	水	10:00-15:30	教養C D	
真向体操	7・21	火	10:00-11:30	和室A-D	元気ヨーガ	15	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	
つまみ細工	7・21	火	13:30-15:30	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	29				憩社交ダンス	27	月	13:30-15:30	ホールBC	
ゆる体操	16・30	木	10:00-11:30	和室A-D	憩コーラス	15・29	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩あひる会 (社交ダンス)	8・22	水	10:00-12:00	ホールA-C	
らくらく 英会話	14・28	火	10:00-11:00	教養A	ひばり コーラス	6・20	月	13:30-15:30	音楽室	憩白鳥会 (社交ダンス)	7・21	火	10:00-12:00	ホールA-C	
ピースアクセ サリー	休	月	10:00-12:00	教養B	ひばり コーラス	27	月	10:00-11:30	ホールA	憩囲碁	17	金	13:00-15:00	教養A	
太極拳	14・28	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A (カラオケ)	17	金	13:00-16:30	音楽室	囲碁中上級	10・24	金	13:00-15:00	教養A	
ととのえ る体操	16	木	13:00-14:15	和室A-D	南部歌謡B (カラオケ)	14				火	13:30-15:30	音楽室	のぎく3B	21	火
すこやか 運動	6・20	月	13:30-15:00	和室A-D	詩吟 (関心)	28	7・21	火	13:30-15:30				音楽室	憩太極拳	6
囲碁大会級	23	木	10:00-13:00	教養A	茶道	15	水	9:00-12:30	和室A B	ピース・編物	27	月	13:30-15:30	教養B	
<b>生き活き大学</b>					憩すみれ 会 (華道)	8・22	水	9:30-11:30	教養A	なごやか 体操	16	木	14:30-15:30	和室A-D	
24	金	10:30~11:30	ホールA-C		憩筆会B (書道)	16・23	木	9:30-12:00	教養B	<b>☆ 駐車場について ☆</b>					
<b>ミニデイいこい会</b>					<b>* 自主講座 *</b>					※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告げるようお願いいたします。					
休	水	10:00~12:00	ホールA		<b>自主講座は、空きがあれば</b>										
【企画委員会】 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 事務局まで取りにおいでください。 ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。					<b>随時入講できます (*^*)</b>										
					<b>興味がある講座は一度見学して</b>										
					<b>月謝等確認してください。</b>										