

老人憩所 令和7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	7	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	休	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	休	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	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	13	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	13	水	10:00-11:30	音楽室	絵手紙月組	4・18	月	10:00-12:00	教養 B	洋裁 B	4・18	月	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	25	月	10:00-12:00	ホールBC	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
ヨーガ	14	木	13:30-15:30	和室A-D	憩ヨーガ	1・15	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	13・27	水	10:00-15:30	教養CD
真向体操	5	火	10:00-11:30	和室A-D	楽しいヨーガ	13・27	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	8・22	金	9:30-16:00	音楽室
つまみ細工	5	火	13:30-15:30	教養A	元気ヨーガ	6・20	水	13:30-15:30	和室A-D	憩社交ダンス	25	月	13:30-15:30	ホールBC
ゆる体操	7	木	10:00-11:30	和室A-D	アロハ デイス (フラダ ンス)	13・27	水	13:30-15:30	ホールBC	憩あひる会 (社交ダンス)	13	水	10:00-12:00	ホールBC
らくらく 英会話	26	火	10:00-11:00	教養A	憩コーラス	20	水	13:30-15:30	ホールA-C		27			
ビーズアクセ サリー	18	月	10:00-12:00	教養A	ひばり コーラス①	4・18	月	13:30-15:30	音楽室	憩白鳥会 (社交ダンス)	5	火	10:00-12:00	ホールA-C
太極拳	12・26	火	10:00-11:30	ホールBC	ひばり コーラス②	25	月	10:00-11:30	音楽室		19			
ととのえ る体操	7	木	13：00 - 14：30	和室A-D	南部歌謡A (カラオケ)	1・15	金	13:00-16:30	音楽室	憩囲碁	1・15	金	13:00-15:00	教養A
すこやか 運動	4	月	13:30-15:00	和室A-D	南部歌謡B（カ ラオケ）	12	火	13:30-15:30	音楽室	囲碁中上級	8・22	金	13:00-15:00	教養A
生き活き大学				26		のぎく3B				25	月	13:30-15:00	ホールA	
22	金	10:30～11:30	ホールA-C	詩 吟 (関心流)	5・19	火	13:30-15:30	音楽室	憩太極拳	4・18	月	10:00-11:30	ホールBC	
ミニデイいこい会				茶 道	休	水	9:00-12:30	和室A B	ビーズ・編物	25	月	10:00-12:00	教養B	
休	水	10:00～12:00	ホールA	憩すみれ会 (華 道)	休	水	9:30-11:30	教養 A	なごやか 体操	7	木	14:40-15:40	和室A-D	
【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。				憩筆会B（書 道）	7	木	9:30-11:30	教養 B		21		13:00-14:00		
				* 自主講座 *					駐車場について					
				企画委員会				5	火	9:30-10：00	ホールA	※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にお願いします。 ※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。		
ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。				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。										