

老人憩所 令和7年 12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	4・18	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	12・26	金	10:00-12:00	教養A	陶 芸	2・16	火	9:30-15:30	教養CD
折り紙	2	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	4	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	12	金	10:00-15:30	教養CD
絵手紙	4・18	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	3	水	9:30-11:30	教養B		26			
ピラティス	10・24	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	5・19	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 1	5・19	金	10:00-15:30	教養CD
コーラス	10・24	水	10:00-11:30	音楽室	絵手紙月組	1・15	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	1	月	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	1	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	4・18	木	13:30-15:30	ホールA-C		15			
	8・22			ホールBC	憩ヨーガ	5・19	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	3・17	水	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	11・25	木	13:30-15:30	和室A-D	楽しいヨーガ	10・24	水	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	10・24	水	10:00-15:30	教養CD
真向体操	2・16	火	10:00-11:30	和室A-D	元気ヨーガ	3・17	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	12・26	金	9:30-16:00	音楽室
つまみ細工	2・16	火	13:30-15:30	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	10・24	水	13:30-15:30	ホールBC	憩社交ダンス	8・22	月	13:30-15:30	ホールBC
ゆる体操	4・18	木	10:00-11:30	和室A-D	憩コーラス	3・17	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩あひる会 (社交ダンス)	10	水	10:00-12:00	ホールBC
らくらく 英会話	9・16	火	10:00-11:00	教養A	ひばり コーラス①	1・15	月	13:30-15:30	音楽室		24			
ビーズアク セサリー	8	月	10:00-12:00	教養B	ひばり コーラス②	8・22	月	10:00-11:30	音楽室	憩白鳥会 (社交ダンス)	2	火	10:00-12:00	ホールA-C
太極拳	9・23	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A (カラオケ)	5・19	金	13:00-16:30	音楽室		16			
ととのえる 体操	4・18	木	13:00-14:30	和室A-D	南部歌謡B (カラオケ)	9・23	火	13:30-15:30	音楽室	憩囲碁	5・19	金	13:00-15:00	教養A
すこやか 運動	1・15	月	13:30-15:00	和室A-D	詩 吟 (関心流)	2・16	火	13:30-15:30	音楽室	囲碁中上級	12・26	金	13:00-15:00	教養A
生き生き大学					茶 道	3・17	水	9:00-12:30	和室AB	のぎく3B	8・22	月	13:30-15:00	ホールA
19	金	12:00～13:30		野 外	憩すみれ会 (華 道)	10・24	水	9:30-11:30	教養A	憩太極拳	1・15	月	10:00-11:30	ホールBC
ミニデイいこい会					憩筆会B (書 道)	4・18	木	9:30-12:00	教養B	ビーズ・編物	22	月	10:00-12:00	教養B
3・17	水	10:00～12:00		ホールA	* 自主講座 *					なごやか 体操	4・18	木	14:40-15:40	和室A-D
企画委員会	2	火	9:30-10:00	ホールA						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。				
【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。					ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。									