

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 |
| 生き活き大学 | | | | | 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 |
| 企画委員会 | 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】 | | | | | 自主講座は、空きがあれば 隨時入講できます。 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。 | | | | | 駐車場について | | | | |
| 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 事務局まで取りにきて下さい。 | | | | | | | | | | ※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 へ車のナバ-等を告げるようお願いします。 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |