

老人憩所 令和8年 10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	1・15	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	9・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	1・15	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	2	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	2・16・30	金	10:00-12:00	教養B		16			
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	1・15	木	13:30-15:30	ホールA-C		19			
	26			ホールBC	憩ヨーガ	2・16	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・13・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・27	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	憩あひる会（社交ダンス）	14・28	水	10:00-12:00	ホールBC
ゆる体操	1・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					
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	憩白鳥会（社交ダンス）	6・20	火	10:00-12:00	ホールA-C
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	10:00-12:00	音楽室					
太極拳	13・27	火	10:00-11:30	ホールBC	南部歌謡A（カラオケ）	2・16	金	13:00-16:30	音楽室	憩囲碁	2・16	金	13:00-15:00	教養A
ととのえる体操	1・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	憩太極拳	5・19	月	10:00-11:30	ホールBC
すこやか運動	5・19	月	13:30-15:00	和室A-D		27								
生き活き大学					詩 吟（関心流）	6・20	火	13:30-15:30	音楽室	ビーズ・編物	26	月	10:00-12:00	教養B
23	金	10:30～14:00		ホールA-C	憩すみれ会（華 道）	14・28	水	9:30-11:30	教養A	なごやか体操	1・15・29	木	14:40-15:40	和室A-D
ミニデイいこい会					憩筆会B（書 道）	1・15	木	9:30-11:30	教養B					
7・21	水	10:00～12:00		ホールA	* 自主講座 *					☆ 駐車場について ☆				
企画委員会														
【企画委員会】										※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。 ※満車の場合は、近隣のコインパーキングのご利用をお願いします。				
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てください。					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。					ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。				