



# 7月のお知らせ



**今月開催される教室**

- フラダンス教室
- シニアのストレッチ
- 青壮年部カラオケ教室
- 女性カラオケ教室
- シルバーカラオケ教室
- 椅子ヨガ ○ ポッチャ
- 転倒予防体操
- 民謡教室



**うたとピアノのコンサート**  
 出演:うた:宮崎恵美子さん  
 ピアノ:出川小枝子さん  
**7月18日(土)14時開演**  
 7月1日(水)から受付開始  
 定員60名(児童別)

**悠々館手芸**  
 「藤の小物入れを編もう!」  
 萩原弘子先生  
**7月30日(木)開催**  
 10時~12時  
 定員10名(大広間)  
 7月1日(水)から受付開始

日	月	火	水	木	金	土
月内のイベントは毎月最初の開館日より募集いたします。 うたとピアノのコンサートについても7月1日(水)より募集いたします。			1	2	3	4
			ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半
			<b>ポッチャ</b> 13時半~15時半	<b>フラダンス</b> 17時~18時半	<b>民謡教室</b> 13時半~15時半	<b>青壮年カラオケ</b> 13時~15時半
5	6	7	8	9	10	11
<b>休館日</b>	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半
		<b>椅子ヨガ</b> 10時半~11時半 シルバーカラオケ 12時40分~15時半	<b>転倒予防体操</b> 13時半~		<b>女性カラオケ</b> 13時~15時半	<b>青壮年カラオケ</b> 13時~15時半  集会所:貸出
12	13	14	15	16	17	18
<b>休館日</b>	<b>休館日</b> (館内整備日)	ラジオ体操 <b>無</b>	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半
		シルバーカラオケ 12時40分~15時半	<b>ポッチャ</b> 13時半~15時半 孟蘭盆会(東京)	<b>フラダンス</b> 17時~18時半	シニアのストレッチ 10時~11時 <b>民謡教室</b> 13時半~15時半	<b>バンパー定例試合</b> 9時半~ うたとピアノコンサート 14時~15時半
19	20	21	22	23	24	25
<b>休館日</b>	<b>休館日</b> 	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半
		シルバーカラオケ 12時40分~15時半	<b>転倒予防体操</b> 13時半~	<b>住区de団らん</b> 14時~	<b>女性カラオケ</b> 13時~15時半	<b>青壮年カラオケ</b> 13時~15時半
26	27	28	29	30	31	
<b>休館日</b>	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	ラジオ体操9時半	
	<b>苑田会</b> 口腔嚥下機能予防 14時~15時	<b>椅子ヨガ</b> 10時半~11時半 シルバーカラオケ 12時40分~15時半		<b>悠々館手芸</b> 藤の小物入れ 10時~12時		

ラジオ体操**無**は全て無し、ラジオ体操9時半は盆踊り無しです。