

悠々館は、「9:00～17:00」まで利用できます。
※ご利用には入館票が必要です。

★ラ ジ オ 体 操 ; 10:00～(月曜日～土曜日)

※日曜日、祝日、館内整理日、童謡唱歌教室、筆文字教室の日は休みです。

★自 由 参 加

・カ ラ オ ケ ; 9:00～12:00 (月曜日、金曜日)

・バ ン パ ー ; 9:00～12:00 (月曜日、金曜日)

・麻 雀 ; 9:00～12:00 (月曜日、木曜日)

・スクエアステップ (指導者付/1時間) ; 10:30～(木曜日)/13:30～(土曜日)

※ 行事等により中止になる場合があります。窓口、掲示版でご確認ください。

※ 教室に「空き」が出た場合、『**随時入会可能**』です。窓口にお申し出ください。

◆ 住区センターでは、夜間(19:00～21:00)、「卓球」も出来ます。(施設使用料が掛かります。)

＝ 10月の教室等 ＝

日	月	火	水	木	金	土
			<u>1</u> 体幹トレ 13:30	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>
<u>5</u> 休	<u>6</u>	<u>7</u> 折り紙 13:30	<u>8</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>9</u> オカリナ 13:30	<u>10</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>11</u> 筆文字 10:00
<u>12</u> 休	<u>13</u> スポーツの日 休	<u>14</u> ハピヨガ 10:30	<u>15</u> 体幹トレ 13:30	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>
<u>19</u> 休	<u>20</u>	<u>21</u> 折り紙 13:30	<u>22</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>23</u> オカリナ 13:30	<u>24</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>25</u> ※住区まつり の前日準備が あります。
<u>26</u> 住区まつり (10:00)	<u>27</u> 館内整理日 休	<u>28</u> ハピヨガ 10:30	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u> 住区de 団らん (15:15)	