

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

★ラ シ オ 体 操 ; 10:00~ (月曜~土曜)

※日曜、祝日、館内整理日、童謡唱歌、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、金曜)
- ・バ ン パ ー ; 9:00~12:00 (月曜、金曜)
- ・麻 雀 ; 9:00~12:00 (月曜、木曜)
- ・ダ ー ツ ; いつでもOK ※不可日あり
- ・自由スクエアステップ ; 13:00~15:30 (火曜)
- ・スクエアステップ (指導者付/1時間) ; 10:30~(木曜)/13:30~(土曜)

＝ 4月の教室 ＝

日	月	火	水	木	金	土
	<u>1</u>	<u>2</u> 折り紙 13:30	<u>3</u> 体幹ト 13:30	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
<u>7</u> 休	<u>8</u>	<u>9</u> ハピヨカ 10:30	<u>10</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>11</u> オカリナ 13:30	<u>12</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>13</u> 筆文字 10:00
<u>14</u> 休	<u>15</u> 館内整理日 休	<u>16</u> 折り紙 13:30	<u>17</u> 体幹ト 13:30	<u>18</u>	<u>19</u> 住区de 団らん	<u>20</u>
<u>21</u> 休	<u>22</u>	<u>23</u> ハピヨカ 10:30	<u>24</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>25</u> オカリナ 13:30	<u>26</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>27</u> 筆文字 10:00
<u>28</u> 休	<u>29</u> 昭和の日 休	<u>30</u>				