

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

＝ 7月の教室 ＝

日	月	火	水	木	金	土
		<u>1</u> 折り紙 13:30	<u>2</u> 体幹ト 13:30	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>
<u>6</u> 休	<u>7</u>	<u>8</u> ハピヨガ 10:30	<u>9</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>10</u> オカリナ 13:30	<u>11</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>12</u> 筆文字 10:00
<u>13</u> 休	<u>14</u> 館内整理日 休	<u>15</u> 折り紙 13:30	<u>16</u> 体幹ト 13:30	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>
<u>20</u> 休	<u>21</u> 海の日 休	<u>22</u> ハピヨガ 10:30	<u>23</u> 童謡唱歌 10:00 健康体操 13:30	<u>24</u> オカリナ 13:30	<u>25</u> 健康ストレッチ 13:30	<u>26</u> 筆文字 10:00
<u>27</u> 休	<u>28</u>	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>		