

7月お知らせ

住区 de 団らん
10日・24日(木)13時半～15時
簡単体操とお楽しみ
興味のある方はお問合せ下さい

カラオケ教室について
講師の先生の都合により
休講中です
9月より再開予定です
教室予定日は
カラオケ一般開放とします
ご不便をお掛けしますが
ご了承下さい

フレイル予防体操
朝9時15分から
自由参加

予告
8月2日(土)
10時～
夏フェス
演芸大会
申込・詳細は
館内掲示板にて
ご確認ください

		火	水	木	金	土
		1 朝体操 グラウンドゴルフ教室 書道教室 13時半～15時半	2 朝体操 シルバーダンス教室 10時～12時	3 朝体操 氣功教室 10時～12時 いきいき体操13時半 バンパー教室 バンパー勉強会	4 朝体操 健康体操呼吸方教室 13時15分～14時45分 にこにこ麻雀 13時～16時半	5 朝体操 グラウンドゴルフ西園大会 健康歌声広場 13時半～15時半
日	月	8 朝体操 グラウンドゴルフ大会9時 民謡教室 10時半～12時	9 朝体操 筋肉上げマッスル ポツチャの日 13:30～15:00	10 朝体操 陶芸教室 13時～15時 住区de団らん 13時半～15時 バンパー勉強会	11 朝体操 入谷ダーツクラブ10時～ 吹き矢教室 13時半～15時半 にこにこ麻雀13時	12 朝体操 カラオケ一般開放 10時～12時 アレンジフラワー教室 14時～15時半
6 休館	7 朝体操 カラオケ一般開放 10時～12時 いきいき体操 13時半～15時					
13 休館	14 朝体操 カラオケ一般開放 13時半～15時半	15 朝体操 グラウンドゴルフ教室 にこにこ麻雀 13時～16時半	16 朝体操 シルバーダンス教室 10時～12時 フラダンス教室 13時半～15時 会計監査	17 朝体操 氣功教室 10時～12時 いきいき体操13時半 バンパー教室 バンパー勉強会	18 朝体操 健康体操呼吸方教室 13時15分～14時45分 にこにこ麻雀 13時～16時半	19 朝体操 カラオケ一般開放 10時～12時
20 休館	21 海の日	22 朝体操 グラウンドゴルフ教室 カラオケ一般開放 10時～12時	23 朝体操 民謡教室 10時半～12時 ポツチャの日 13:30～15:00	24 朝体操 住区de団らん 13時半～15時 バンパー勉強会	25 朝体操 入谷ダーツクラブ 10時～11時半 にこにこ麻雀13時 吹き矢教室 13時半～15時半	26 朝体操 カラオケ一般開放 10時～12時
27 休館	28 館内整理日	29 朝体操 グラウンドゴルフ教室 にこにこ麻雀 13時～16時半	30 朝体操 フラダンス教室 13時半～15時	31 朝体操 バンパー勉強会	グラウンドゴルフいきいき公園大会 8日(火)9:00～11:30 グラウンドゴルフ舎人西園大会 5日(土)9:00～11:30 60歳以上、申込制 登録が必要です	

上記 記載事項については定員制を設けています 詳細は事務室へお問い合わせください