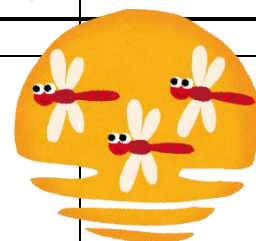


令和7年



栗島住区センター 悠々館 9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		夢工房 手作りの部屋 (午前 9:00-12:00) みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00) 夢工房むら染め (午後 1:00-4:00)	熱中症対策講座 「キウイフルーツ 栄養講座」 午前10時-11時 健康マージャン (午後 1:00-4:30)	茶道教室 (午前 9:00-12:00) あみもの教室 (午後 1:00-4:00) レディース カラオケ (午後 6:00-8:30)	みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-12:00) 悠々カラオケ (午後 1:00-4:00) 布フラワー (午後 1:30-4:00) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
7	8	9	10	11	12	13
お休み	フラダンス (午後 1:30-3:30)	みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00) 布絵教室 (午後 1:00-4:00)		木曜の元気 カラオケ (午後 1:00-4:00)	夢工房 パッチワーク (午前 9:00-12:00) みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-12:00) 健康カラオケ (午後 1:00-4:00) 大人の塗り絵 (午後 1:00-4:00)
14	15	16	17	18	19	20
お休み	お休み (敬老の日)	夢工房 手作りの部屋 (午前 9:00-12:00) みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00) 夢工房むら染め (午後 1:00-4:00)	健康マージャン (午後 1:00-4:30) 転倒予防体操 (午後 1:30-3:30)	茶道教室 (午前 9:00-12:00) 住区 de 団らん (正午~午後3時) レディース カラオケ (午後 6:00-8:30)	たのしい書道教室 (午前 9:30-11:30) みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00)	悠々カラオケ (午後 1:00-4:00) 布フラワー (午後 1:30-4:00) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
21	22	23	24	25	26	27
お休み	フラダンス (午後 1:30-3:30)	お休み (秋分の日)	出前講座 「賢い老い支度」 午前10時-11時 健康マージャン (午後 1:00-4:30)	転倒予防体操 (午後 1:30-3:30) 保健師来館 体組成計測定 (体脂肪率、 筋肉量、 骨量など)	夢工房 パッチワーク (午前 9:00-12:00) みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00) 金曜の元気 カラオケ (午後 1:00-4:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-12:00)
28	29	30				
お休み		みんなで体操 ・盆踊り (午前 10:00-11:00)				



※ 太字の教室は、申込制になります。定員に若干余裕のある教室もありますので、お問い合わせください。