

令和8年



栗島住区センター 悠々館



4月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			健康マーじゃん (午後 1:00-4:30)	★茶道教室 (午前 9:00-正午) ★あみもの教室 (午後 1:30-4:00) 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-正午) 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)
5	6	7	8	9	10	11
お休み		★夢工房手作りの部屋 (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) ★夢工房むら染め (午後 1:30-4:00)			★夢工房ハンドメイド (午前 9:30-11:30) 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-正午) 健康カラオケ (午後 1:00-4:00) 大人の塗り絵 (午後 1:00-4:00)
12	13	14	15	16	17	18
お休み	★スポーツ吹矢 (午前 9:15-12:15) ★フラダンス (午後 1:30-3:00)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 住区 de 団らん (正午~午後 3:00) ★布絵教室 (午後 1:00-4:00)	健康マーじゃん (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-正午) ★あみもの教室 (午後 1:30-4:00) 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)
19	20	21	22	23	24	25
お休み	お休み (館内整理日)	★夢工房手作りの部屋 (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 火曜の元気カラオケ (午後 1:00-4:00) ★夢工房むら染め (午後 1:30-4:00)	健康マーじゃん (午後 1:00-4:30)	転倒予防体操 (午後 1:30-3:30)	★夢工房ハンドメイド (午前 9:30-11:30) 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-正午)
26	27	28	29	30		
お休み	★スポーツ吹矢 (午前 9:15-12:15) ★フラダンス (午後 1:30-3:00)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 筋肉上げマッスル測定会 (午前 9:30-10:00) (午前 11:00-11:30)	お休み (昭和の日)		椅子に座って行う シニアストレッチ (午後 1:30-2:30) 筋肉上げマッスル測定会 (午前 9:30-10:00) (午前 11:00-11:30)	

※★印がある教室は、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。