

令和8年



栗島住区センター 悠々館

8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
						1
						悠々カラオケ (午後 1:00-4:00) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
2	3	4	5	6	7	8
お休み		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)	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) 卓球で遊ぼう！ (午前 9:00-11:30)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00)	健康カラオケ (午後 1:00-4:00) 大人の塗り絵 (午後 1:00-4:00)
9	10	11	12	13	14	15
お休み	★スポーツ吹矢 (午前 9:15-12:15)	山の日		卓球で遊ぼう！ (午前 9:00-11:30)	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) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
16	17	18	19	20	21	22
お休み	お休み (館内整理日)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00)	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) 卓球で遊ぼう！ (午前 9:00-11:30)	★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) 住区 de 団らん (正午～午後 3:00)	
23	24	25	26	27	28	29
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)	健康マーじゃん (午後 1:00-4:30) 水曜の元気カラオケ (午後 1:00-4:00)	転倒予防体操 (午後 1:30-3:30) 卓球で遊ぼう！ (午前 9:00-11:30)	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)	
30	31					
	★フラダンス (午後 1:30-3:00)					

※★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。