

老人憩所 令和5年 8月 予定表 (土日・祝日休館)百石町3-1-30 電話831-3324

定例講座					自主講座									
講座名	日	曜	時間	教室名	講座名	日	曜	時間	教室名	講座名	日	曜	時間	教室名
洋裁	3	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	休	金	10:00-12:00	教養A	英語	休	木	10:30-12:00	教養A
折り紙	1	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	3	木	9:30-11:30	ホールA	編物	14・28	月	9:30-15:30	教養A
絵手紙	3	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	2	水	9:30-11:30	教養B	陶芸	1・15	火	9:30-16:00	教養CD
ピラティス	9	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	休	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 2	10	木	10:00-15:30	教養CD
コーラス	9	水	13:30-15:30	ホールA	絵手紙月組	休	月	10:00-12:00	教養B		25	金		
フラダンス	14	月	10:00-12:00	ホールBC	憩民踊	3・17	木	13:30-15:30	ホールA-C	洋裁 1	4・18	金	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	10	木	13:30-15:30	和室A-D	憩健康会B	17・24	木	10:00-11:30	ホールA-C	洋裁 B	7・21	月	10:00-15:30	教養CD
真向体操	1	火	10:00-11:30	和室A-D	憩ヨーガ	4・18	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	2・16	水	10:00-15:30	教養CD
つまみ細工	1	火	13:30-15:30	教養A	楽しいヨーガ	9・23	水	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	9・23	水	10:00-15:30	教養CD
ゆる体操	3	木	10:00-12:00	和室A-D	元気ヨーガ	2・16	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 (箏曲)	25	金	9:30-16:00	音楽室
楽旅英会話	10・24	木	10:30-12:00	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	9・23	水	13:30-15:30	ホールBC					
ビーズアクセサリ	28	月	10:00-12:00	教養B	憩コーラス	2・16	水	13:30-15:30	ホールA-C	憩社交ダンス	14・28	月	13:30-15:30	ホールBC
太極拳	8	火	10:00-11:30	ホールBC	ひばり コーラス①	7・21	月	13:30-15:00	音楽室	憩あひる会 (社交ダンス)	9	水	10:00-12:00	ホールA-C
ととのえる体操	3・17	木	13:00-14:15	和室A-D	ひばり コーラス②	14・28	月	10:00-11:30	ホールA		23			
すこやか運動	7・21	月	13:30-15:00	和室A-D	南部歌謡A (カラオケ)	4	金	13:00-16:00	音楽室	憩白鳥会A (社交ダンス)	1	火	10:00-12:00	ホールA-C
囲碁大会級	24	木	9:00~13:00	教養B		18					15			
女性大学 2年生					南部歌謡B (カラオケ)	8・22	火	13:00-16:00	音楽室	憩囲碁	4・18	金	13:00-15:00	教養A
					詩吟 (関心流)	15	火	13:30-15:30	音楽室	囲碁中上級	25	金	13:00-15:00	教養A
女性大学 3年生					茶道	2	水	9:00-12:30	和室A B	のぎく3B	14	月	13:30-15:00	ホールA
						18					金			
生き活き大学					憩すみれ会 (華道)	休	水	9:30-11:30	教養A	ひまわりの会 (ゆる体操)	10・24	木	10:00-11:30	和室A-D
					25	金	10:30~11:30	ホールA-C	憩筆会B (書道)		3	木	9:30-12:00	教養B
ミニデイいこい会					17				憩太極拳	7・21	月			
2・16	水	10:00~12:00	ホールA	* 自主講座 *										
【企画委員会】 企画委員会は毎月第一火曜日 午前9時30分からホールAで行 います。企画委員会欠席者は資料を 事務局まで取りにおいで下さい。					自主講座は、空きがあれば 随時入講できます。 興味がある講座は一度見学 して月謝等確認して ください。					駐車場について ※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。 ※一般の方の駐車場は白線内をお願いします。 ※黄線内は講師・役員の駐車場です。 ※空きスペースに駐車する時は、1階受付 へ車のカバ-等を告げるようお願いします。				