

老人憩所

令和8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	6	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	休	金	10:00-12:00	教養A	陶 芸	4・18	火	9:30-15:30	教養CD
折り紙	休	火	9:30-11:30	教養A	憩折り紙A	休	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	14・28	金	10:00-15:30	教養CD
絵手紙	6	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	5	水	9:30-11:30	教養B	洋裁 1	7・21	金	10:00-15:30	教養CD
ピラティス	12	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	7・21	金	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	3・17	月	10:00-15:30	教養CD
コーラス	26	水	10:00-11:30	音楽室	絵手紙月組	3	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 C	5・19	水	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	10	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	6・20	木	13:30-15:30	ホールA-C	洋裁 華	12	水	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	13	木	13:30-15:00	和室A-D	憩ヨーガ	7・21	金	13:30-15:30	和室A-D		26			
真向体操	4	火	10:00-11:30	和室A-D	楽しいヨーガ	12・26	水	13:30-15:30	和室A-D	六段の会 （箏曲）	14	金	9:30-16:00	音楽室
つまみ細工	4	火	13:30-15:30	教養A	元気ヨーガ	5・19	水	13:30-15:30	和室A-D		28			
ゆる体操	6	木	10:00-11:30	和室A-D	アロハ レディース （フラダンス）	12・26	水	13:30-15:30	ホールBC	憩あひる会 （社交ダンス）	12	水	10:00-12:00	ホールBC
らくらく 英会話	25	火	10:00-11:00	教養A	憩コーラス	5・19	水	13:30-15:30	ホールA		26			
ビーズアク セサリー	休	月	10:00-12:00	教養A	ひばり コーラス①	3	月	13:30-15:30	音楽室	憩白鳥会 （社交ダンス）	4	火	10:00-12:00	ホールA-C
太極拳	25	火	10:00-11:30	ホールBC	ひばり コーラス②	24	月	10:00-12:00	音楽室		18			
ととのえ る体操	6	木	13:00-14:30	和室A-D	南部歌謡A （カラオケ）	7・21	金	13:00-16:30	音楽室	憩囲碁	7・21	金	13:00-15:00	教養A
すこやか 運動	3	月	13:30-15:00	和室A-D	南部歌謡B （カラオケ）	13	木	13:30-15:30	音楽室	憩太極拳	3	月	10:00-11:30	ホールBC
生き活き大学						25	火				17			
28	金	10:30～11:30	ホールA-C	詩 吟 （関心流）	4・18	火	13:30-15:30	音楽室	ビーズ・編物	24	月	10:00-12:00	教養B	
ミニデイいこい会					憩すみれ会 （華 道）	休	水	9:30-11:30	教養A	なごやか 体操	6	木	14:40-15:40	和室A-D
休	水	10:00～12:00	ホールA	憩筆会B （書 道）	6	木	9:30-12:00	教養B	20		13:00-14:00			
【企画委員会】					＊ 自主講座 ＊ 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				
企画委員会は毎月第一火曜日										※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。				
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。										※一般の方の駐車場は白線内にお願いします。				
										※黄線内は講師・役員の駐車場です。				
										※満車の場合は、近隣のコインパーキン グのご利用をお願いします。				
企画委員会	4	火	9:30-10:00	ホールA						ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。				