

老人憩所 令和8年 11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	5・19	木	10:00-15:00	教養CD	手作手芸橘	13・27	金	10:00-12:00	教養A	陶 芸	17	火	9:30-16:00	教養CD
折り紙	17	火	9:30-11:30	教養B	憩折り紙A	5	木	9:30-11:30	ホールA	洋裁 2	13・27	金	10:00-15:30	教養CD
絵手紙	5・19	木	13:30-15:30	教養B	憩折り紙B	4	水	9:30-11:30	教養B	洋裁 1	6	金	10:00-15:30	教養CD
ピラティス	18・25	水	9:30-11:00	和室A-D	絵手紙金組	6・20	金	10:00-12:00	教養B		20			
コーラス	4・25	水	10:00-11:30	音楽室	絵手紙月組	2・16 30	月	10:00-12:00	教養B	洋裁 B	2	月	10:00-15:30	教養CD
フラダンス	16	月	10:00-12:00	ホールA	憩民踊	5・19	木	13:30-15:30	ホールA-C		16			
	30			ホールBC	憩ヨーガ	6・20	金	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 C	4・18	水	10:00-15:30	教養CD
ヨーガ	12・26	木	13:30-15:30	和室A-D	楽しいヨーガ	25	水	13:30-15:30	和室A-D	洋裁 華	12	木	10:00-15:30	教養CD
真向体操	17・24	火	10:00-11:30	和室A-D	元気ヨーガ	4・18	水	13:30-15:30	和室A-D		25	水		
つまみ細工	17	火	13:30-15:30	教養A	アロハ レディース (フラダンス)	25	水	13:30-15:30	ホールBC	六段の会 (箏曲)	13・27	金	9:30-16:00	音楽室
ゆる体操	5・19	木	10:00-11:30	和室A-D	憩コーラス	4・18	水	13:30-15:30	ホールA	憩あひる会 (社交ダンス)	4・25	水	10:00-12:00	ホールBC
らくらく 英会話	17・24	火	10:00-11:00	教養A	ひばり コーラス①	2・16	月	13:30-15:30	音楽室					
ビーズアク セサリー	2	月	10:00-12:00	教養A		ひばり コーラス②	6	金	10:00-12:00	ホールA	憩白鳥会 (社交ダンス)	17	火	10:00-12:00
太極拳	17	火	10:00-11:30	ホールA	6		金	10:00-12:00	ホールA	24		ホールA		
	24			ホールBC		30	月	10:00-12:00	音楽室	憩囲碁	6・20	金	13:00-15:00	教養A
ととのえる 体操	5・19	木	13:00-14:30	和室A-D	南部歌謡A (カラオケ)	6・20	金	13:00-16:30	音楽室	憩太極拳	2	月	10:00-11:30	ホールBC
すこやか 運動	2・16	月	13:30-15:00	和室A-D	南部歌謡B (カラオケ)	12	木	13:30-15:30	音楽室		16			
						24	火			ビーズ・編物	30	月	10:00-12:00	教養A
生き活き大学					詩 吟 (関心流)	17	火	13:30-15:30	音楽室	なごやか 体操	5・19	木	14:40-15:40	和室A-D
27	金	10:30～14:00		ホールA-C	憩すみれ会 (華 道)	25	水	9:30-11:30	教養A	☆ 駐車場について ☆				
ミニテいいこい会					憩筆会B (書 道)	5・19	木	9:30-11:30	教養B	※受講以外の時間帯の駐車はご遠慮ください。				
4・18	水	10:00～12:00		ホールA	* 自主講座 *					※一般の方の駐車は白線内にお願いします。				
企画委員会	2	月	9:30-10:00	ホールA						※黄線内は講師・役員の駐車場です。				
【企画委員会】 企画委員会は毎月第1火曜日 午前9:30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てください。					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。					※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。				
										ゴミは各自で持ち帰りをお願いします。				