

中地区ふれあい館行事予定表 3月

☎54-1659

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
<p>令和6年度の申請を受け付けています。職員へお声かけ下さい。</p> <p>19日(火) 骨盤底筋体操体験会 池田先生 13:30~14:30 タオルをご持参ください</p> <p>尿もれで悩まれていませんか? 椅子に座ってできる体操で、骨盤底筋を鍛えましょう!</p> <p>3月カラオケ講座 課題曲 ○北酒場 ○二輪草</p>					<p>げんき体操講座 馬場先生 10:00~11:00</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	
3	4	5	6	7	8	9
	<p>初めてのスマホ講座 犬木先生 10:00~11:30</p> <p>マップの使い方</p> <p>健康体操講座 大村市健康推進委員 13:30~14:30</p> <p>カードゲーム同好会 13:30~15:00</p>	<p>水彩画講座 松尾先生 9:30~11:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p>	<p>書道・ペン字講座 西村先生 10:00~11:30</p> <p>サックス同好会 13:30~16:00</p>	<p>手芸同好会 9:30~15:00</p> <p>パソコン講座 牛島先生 13:30~15:00</p> <p>ハワイアンフラ同好会 13:30~15:00</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	<p>ヨガ講座 井上先生 10:00~11:00</p> <p>エコクラフト同好会 9:30~12:00</p> <p>歌声サロン講座 富永先生 13:30~14:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p>	
10	11	12	13	14	15	16
	<p>レクレーション体操 川原先生 10:00~11:00</p> <p>タイ式ヨガ講座 口石先生 13:30~14:30</p> <p>カードゲーム同好会 13:30~15:00</p>	<p>色えんぴつ講座 (ぬりえなども..) 浦口先生 9:30~11:30</p> <p>健康体操講座 川口先生 13:30~14:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p>	<p>布ぞうり・小物作り同好会 9:00~12:00</p> <p>太極拳講座 山内先生 13:30~14:30</p>	<p>パッチワーク手芸講座 金谷先生 10:00~11:30</p> <p>手芸同好会 9:30~15:00</p> <p>青春ポップス講座 久富先生 13:30~14:30</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	<p>カラオケ講座 戸島先生 9:30~11:30</p> <p>コーラス講座 吉福先生 13:30~14:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p>	
17	18	19	20	21	22	23
	<p>初めてのスマホ講座 犬木先生 10:00~11:30</p> <p>マップの使い方</p> <p>おりがみ同好会 13:30~15:00</p> <p>カードゲーム同好会 13:30~15:00</p>	<p>水彩画講座 松尾先生 9:30~11:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p> <p>骨盤底筋体操体験会 池田先生 13:30~14:30</p>	<p>春分の日</p>	<p>手芸同好会 9:30~15:00</p> <p>パソコン講座 牛島先生 13:30~15:00</p> <p>ハワイアンフラ同好会 13:30~15:00</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	<p>ヨガ講座 井上先生 10:00~11:00</p> <p>エコクラフト同好会 9:30~12:00</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	
24	25	26	27	28	29	30
	<p>レクレーション体操 川原先生 10:00~11:00</p> <p>タイ式ヨガ講座 口石先生 13:30~14:30</p> <p>カードゲーム同好会 13:30~15:00</p>	<p>色えんぴつ同好会 (ぬりえなども..) 9:30~11:30</p> <p>健康体操講座 川口先生 13:30~14:30</p> <p>将棋同好会 13:00~16:30</p>	<p>布ぞうり・小物作り同好会 9:00~12:00</p> <p>脳トレ・カードゲーム 9:30~11:30</p> <p>太極拳講座 山内先生 13:30~14:30</p>	<p>手芸同好会 9:30~15:00</p> <p>初級かぎ針編み講座 吉田先生 13:30~15:00</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	<p>自主活動</p> <p>ペタンク同好会 13:30~14:30</p>	