

日	月	火	水	木	金	土
		<b>災害時料理</b>  31日(金) 10時から ※事前申し込みが必要です	<b>1</b> 趣味の会 (10:30~15:00) ウクレレ同好会 (10:30~12:00)	<b>2</b> 絵手紙講座 眞垣講師 (10:00~12:00) 脳トレそろばん (10:30~12:00) 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) 囲碁初心者講座 榎田講師 (13:30~14:30) 民舞同好会 (13:30~15:00) 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	<b>3</b> ヨガ講座 井上講師 (10:00~11:00)	<b>4</b>
	<b>体験講座</b> スマホ教室 6日(月)・20日(月) 13:30から リンパマッサージ体験会 29日(水) 13:30から 心も体もリラックス	<b>火曜日の時間帯</b> ※オカリナ同好会 毎週(火)10:00~11:30 ※健康麻雀初心者同好会 第一(火)午前お休み ※囲碁同好会 毎週(火)13:30~16:30 ※民謡同好会 第二(火)10:00~11:30 ※詩吟同好会 第二・四(火)10:00~11:30	<b>健康推進体操講座</b> 鍋岡講師 (13:30~14:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)		<b>歌ひろば講座</b> 村岡講師 (13:30~14:30) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	
	<b>作品展示会</b> 28日(火)~31日(金)まで 作って頂いた作品を展示します♪					
5	<b>6</b> 書道・ペン習字 西村講師 (10:30~12:00) 脳トレピアノ (10:30~12:00) 脳トレ音読 (10:30~12:00) スマホ教室 13:30~15:00 《チャットGPT》 囲碁同好会 エコクラフト同好会 (13:30~16:00) パソコン同好会	<b>7</b> コーラス講座 佐藤講師 (10:30~11:30) 色えんぴつ・水彩画 (10:00~12:00) オカリナ同好会 (10:00~11:30) 骨盤底筋体操 池田講師 (13:30~15:00) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30) 囲碁同好会	<b>8</b> 趣味の会 (10:30~15:00) 布草履愛好会 (10:30~12:00) フラダンス同好会 (10:30~12:00) ウクレレ同好会 (10:30~12:00) カラオケ講座 山川講師 (13:30~14:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	<b>9</b> 絵手紙同好会 (10:00~12:00) 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) 歌声サロン 富永講師 (13:30~14:30) 囲碁初心者同好会 (13:30~16:30) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30)	<b>10</b> シニアピクス講座 馬場講師 (10:00~11:00) 大正琴同好会 (10:30~12:00) オセロ同好会 eスポーツ (13:30~15:00) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 囲碁同好会 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	11
12	<b>13</b>  <b>スポーツの日</b>	<b>14</b> 健康推進体操講座 川原講師 (10:30~11:30) ※詩吟同好会 ※民謡同好会 ※健康麻雀初心者同好会 ※オカリナ同好会 健康体操講座 荒木講師 (13:30~14:30) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30) 囲碁同好会	<b>15</b> レクダンス体操 一橋講師 (10:00~11:00) 趣味の会 (10:30~15:00) ウクレレ同好会 (10:30~12:00) 健康推進体操講座 鍋岡講師 (13:30~14:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	<b>16</b> 絵手紙講座 眞垣講師 (10:00~12:00) 脳トレそろばん 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) 囲碁初心者講座 榎田講師 (13:30~14:30) 民舞同好会 (13:30~15:00) 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	<b>17</b> ヨガ講座 井上講師 (10:00~11:00) オセロ同好会 eスポーツ (13:30~15:00) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 囲碁同好会 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	18
19	<b>20</b> 書道・ペン習字 西村講師 (10:30~12:00) 脳トレピアノ (10:30~12:00) スマホ教室 13:30~15:00 《チャットGPT》 囲碁同好会 エコクラフト同好会 パソコン同好会 (13:30~15:00)	<b>21</b> 色えんぴつ・水彩画 (10:00~12:00) オカリナ同好会 (10:00~11:30) 健康麻雀初心者同好会 (10:30~12:00) カラオケ同好会 (13:30~15:00) 健康麻雀同好会 (13:30~16:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	<b>22</b> 趣味の会 (10:30~15:00) 布草履愛好会 (10:30~12:00) フラダンス同好会 ウクレレ同好会 (10:30~12:00) カラオケ講座 山川講師 (13:30~14:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	<b>23</b> 絵手紙同好会 (10:00~12:00) 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) 民舞同好会 (13:30~15:00) 囲碁初心者同好会 (13:30~16:30) 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	<b>24</b> 大正琴同好会 (10:30~12:00) 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) 体幹トレーニング 朝長講師 (13:30~14:30) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	25
26	<b>27</b> 脳トレタイム (10:30~12:00) 脳トレピアノ (10:30~12:00) 囲碁同好会 (13:30~16:30) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 社交ダンス同好会 (13:30~15:00) パソコン同好会 (13:30~15:00)	<b>28</b> 健康推進体操講座 川原講師 (10:30~11:30) ※詩吟同好会 ※健康麻雀初心者同好会 ※オカリナ同好会 健康体操講座 荒木講師 (13:30~14:30) 健康麻雀同好会 囲碁同好会	<b>29</b> 趣味の会 (10:30~15:00) 布草履愛好会 フラダンス同好会 ウクレレ同好会 リンパマッサージ 体験会 前川講師 (13:30~14:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	<b>30</b> 絵手紙同好会 (10:00~12:00) 健康麻雀同好会 (10:30~12:00) オータムコンサート (13:30~14:30) 囲碁初心者同好会 (13:30~16:30) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30)	<b>31</b> 災害時料理  (10:00~12:00) オセロ同好会 eスポーツ (13:30~15:00) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 囲碁同好会 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	