



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	書道・ペン字講座 西村講師 (10:30~12:00) 脳トレ音読 (10:30~12:00) 脳トレピアノ (10:30~12:00) 囲碁同好会 (13:30~16:30) 社交ダンス同好会 (13:30~15:00) エコクラフト同好会 (13:30~16:00)	コーラス講座 佐藤講師 (10:30~11:30) 色えんぴつ・水彩画 (10:30~12:00) オカリナ同好会 (10:30~11:30) 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 (13:30~16:30)	ぜんざい会 ※申込み1月26日(月)まで (10:00~12:30) 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)	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 (10:00~12:00) 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)	ヨガ講座 井上講師 (10:00~11:00) 歌ひろば講座 村岡講師 (13:30~14:30) エコクラフト同好会 (13:30~16:00) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	
8	9	10	11	12	13	14
	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) 社交ダンス同好会 (13:30~15:00) エコクラフト同好会 (13:30~16:00)	詩吟同好会 (10:30~11:30) 健康麻雀初心者同好会 (10:00~12:00) オカリナ同好会 (10:30~11:30) 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 (13:30~16:30)	建国記念の日 	絵手紙同好会 (10:00~12:00) 健康麻雀同好会 (10:00~12:00) 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)	シニアビクス講座 馬場講師 (10:00~11:00) 大正琴同好会 (10:00~12:00) 噛む力を計ってみよう (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) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30)	
15	16	17	18	19	20	21
	書道・ペン字講座 西村講師 (10:30~12:00) 脳トレピアノ (10:30~12:00) パソコン同好会 (13:30~15:00) 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)	色えんぴつ・水彩画 (10:30~12:00) 健康麻雀初心者同好会 (10:00~12:00) オカリナ同好会 (10:30~11:30) 腸活体験会 (13:30~14:30) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30) 囲碁同好会 (14:30~16:30)	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)	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 (10:00~12:00) 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)	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 (13:30~16:30) 健康麻雀同好会 (13:30~16:30)	
22	23	24	25	26	27	28
 天皇誕生日	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 (14:30~16:30) 囲碁同好会 (13:30~16:30)	趣味の会 (10:30~15:00) 布草履愛好会 (10:30~12:00) ウクレレ同好会 (10:30~12:00) フラダンス同好会 (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)	絵手紙同好会 (10:00~12:00) 健康麻雀同好会 (10:00~12:00) 玖島中学校地域貢献活動 (13:30~15:00) 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)	大正琴同好会 (10:00~12:00) 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) 健康麻雀同好会 (14:30~16:30)		

ぜんざい会

4日(水)10時から

事前申し込みが必要になります。

申込み締め切り:1月26日(月)まで

定員:40名

※先着順となります



噛む力を計ってみよう

13日(金)13時30分から



歯科衛生士による講話と
噛む力の測定が出来ます♡

腸活体験会

17日(火)13時30分から

(腸活体操です。)
腸活することで
免疫力アップや
アンチエイジング
美肌など嬉しい効果がある
と言われています♡



玖島中学校 地域貢献活動

26日(木)13時30分から

イラストしりとりやみんなで
炭坑節を踊りましょう♪



<火曜日の時間帯>

※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
毎週(火)10:00~12:00
※囲碁同好会
毎週(火)13:30~16:30
※詩吟同好会
第二・四(火)10:00~11:30