

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	書道・ペン字講座 西村先生 10：30～12：00 脳トレピアノ 10：30～12：00 スマホ講座 池田先生 13：30～15：00 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	 健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 ウクレレ同好会 10：30～12：00 趣味の会 10：30～15：00 健康推進体操講座 鍋岡先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	絵手紙講座 眞垣先生 10：00～12：00 健康麻雀同好会 10：00～12：00 脳トレそろばん 10：00～12：00 民舞同好会 13：30～15：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30	ヨガ講座 井上先生 10：00～11：00 エコクラフト同好会 13：30～16：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30 囲碁同好会 13：00～16：30		
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 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	健康推進体操講座 川原先生 10：30～11：30 オカリナ同好会 10：00～11：30 詩吟同好会 健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 健康体操講座 荒木先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 布草履愛好会 フラダンス同好会 10：30～12：00 趣味の会 10：30～15：00 おりがみ同好会 カラオケ同好会 13：30～15：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30	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 富永先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	シニアビクス講座 馬場先生 10：00～11：00 大正琴同好会 10：00～12：00 エコクラフト同好会 13：30～16：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30 囲碁同好会 13：00～16：30	
15	16	17	18	19	20	21
	書道・ペン字講座 西村先生 10：30～12：00 脳トレピアノ 10：30～12：00 ダンスエクササイズ 松尾先生 13：30～14：30 パソコン同好会 13：30～15：00 エコクラフト同好会 13：30～16：00	オカリナ同好会 10：00～11：30 色えんぴつ水彩画 健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 青春ポップス 久富先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	レクダンス体操 一橋先生 10：00～11：00 ウクレレ同好会 10：30～12：00 趣味の会 10：30～15：00 健康推進体操講座 鍋岡先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	絵手紙講座 眞垣先生 10：00～12：00 健康麻雀同好会 10：00～12：00 脳トレそろばん 10：00～12：00 民舞同好会 13：30～15：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30	ヨガ講座 井上先生 10：00～11：00 エコクラフト同好会 13：30～16：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30 囲碁同好会 13：00～16：30	
22	23	24	25	26	27	28
		健康推進体操講座 川原先生 10：30～11：30 オカリナ同好会 10：00～11：30 詩吟同好会 健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 健康体操講座 荒木先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	健康麻雀初心者同好会 10：00～12：00 布草履愛好会 フラダンス同好会 10：30～12：00 趣味の会 10：30～15：00 カラオケ講座 山川先生 13：30～14：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	絵手紙同好会 10：00～12：00 ストレッチ講座 高比良先生 10：30～11：30 民舞同好会 13：30～15：00 健康麻雀同好会 13：00～16：30	大正琴同好会 健康麻雀同好会 10：00～12：00 スマイルアップ体操 朝長先生 13：30～14：30 エコクラフト同好会 13：30～16：00 囲碁同好会 13：00～16：30 健康麻雀同好会 14：30～16：30	
29	30	 人生ノート 13：30～15：00 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 シニアビクス (体操) 11月13日(金) 10：00～11：00  カラオケ講座 11月25日(水) 13：30～14：30  人生ノート講座 自分らしい人生プランの 作成の仕方 11月30日(月) 13：30～15：00 脳を活性化させる運動や カードゲームも行います 				