

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		休館日	生け花教室 9：15～ 紙紐同好会 10：15～ さくらボール同好会 10：00～ 町トレ 10：00～	町トレ 10：00～	太極拳教室 9：30～ 町トレ 10：00～ 書道同好会② 9：30～	町トレ 10：00～	ポッチャ忠生9：30～ レインボー琴同好会9:30～
午後			町トレ 13：30～	社交ダンス同好会 ドリーム 13：15～	書道同好会① 13：15～	民謡教室 13：15～	社交ダンス同好会 舞ハート 13：15～
	7	8	9	10	11	12	13
午前	社交ダンス同好会 舞フェアレディ9:30～ 演芸大会	休館日	ボール体操教室 9：45～ 町トレ 10：00～	スマホ相談会 町トレ 10：00～	ストレッチ教室 10：45～ 町トレ 10：00～	水墨画教室 9：30～ 町トレ 10：00～	社交ダンス同好会 スマイル 9：30～
午後			さくらベル同好会13：30～ 町トレ 13：30～ ちぎり絵同好会13：30～		太極拳同好会 13：00～	水彩画同好会 13：15～	
	14	15	16	17	18	19	20
午前		休館日	生け花教室 9：15～ 紙紐同好会 10：15～ さくらボール同好会 10：00～ 町トレ 10：00～	町トレ 10：00～	太極拳教室 9：30～ 町トレ 10：00～ 書道同好会② 9：30～	町トレ 10：00～	ポッチャ忠生9：30～ レインボー琴同好会9:30～
午後			町トレ 13：30～		書道同好会① 13：15～	民謡教室 13：15～	社交ダンス同好会 舞ハート 13：15～
	21	22	23	24	25	26	27
午前	社交ダンス同好会 舞フェアレディ9:30～	休館日	ボール体操教室 9：45～ 町トレ 10：00～	スマホ相談会 町トレ 10：00～	ストレッチ教室 10：45～ 町トレ 10：00～	町トレ 10：00～	社交ダンス同好会 スマイル 9：30～
午後			さくらベル同好会13：30～ 町トレ 13：30～ ちぎりえ同好会13：30～		舞ダンス 13：15～	太極拳同好会 13：00～	水彩画同好会 13：15～
	28	29	30	31	<div>年の瀬も押し迫ってまいりましたが、いかがお過ごしでしょうか。 寒さが一段と厳しくなってまいりましたが、 体調など崩されていませんか？ 年末に向けて忙しくなる時期ですが、無理せずお過ごしく</div>		
午前		<div>年末休館日</div>					
午後							

【健康体操】10：00/14：00
【踏み台昇降運動】11：00/14：30
【健康器具開始時間】9：10/9：40/10：10/10：40/11：10/13：10/13：40/14：10/14：40/15：10
【足裏マッサージ、オートヘルサーは午前11:30 午後15:30が最終時間です】

