

2017年12月号

平成29年度11月20日発行さわやかMIBたより

曜日	月	火	水	木	金	土							
時間	午後		午後	午前	午後	午前	午後						
日	1		2		3								
集会室	12月の囲碁・将棋のお休みについて 12月4日(月) 5日(火) 12日(火) 16日(土) 18日(月) 19日(火) 25日(月) 26日(火)				書道 同好会A・B 9:15~12:00	英会話 同好会 13:30~16:00	介護予防 運動1部2部 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45	謡曲 同好会 (壬生会) 13:00~15:00					
娯楽室	12月は上記の日程で午前中の囲碁・将棋が お休みとなりますので、ご注意ください。				囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい					
その他	午後は12時30分よりご利用いただけます。				スカイクロス同好 会10:30~12:00								
日	4	5	6	7	8	9							
集会室	脳活性化 ヨガ教室 9:30~11:00	カラオケ 同好会 12:00~16:00	民舞同好会B 10:00~12:00	絵手紙同好会 13:30~15:30	舞踊 同好会B 10:00~12:00	民謡 同好会 13:00~15:00	茶道 同好会 9:30~12:00	詩吟 同好会 13:00~15:00	書道 同好会A・B 9:15~12:00	英会話 同好会 13:30~16:00	民舞 同好会A 10:00~12:00	謡曲 同好会 (壬生会) 13:00~15:00	
娯楽室		囲碁・将棋 のつどい	織物同好会 9:00~12:00	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	
その他							介護予防 (運動・脳トレ) 15:15~16:15						
日	11	12	13	14	15	16							
集会室	ちぎり絵教養講座 9:00~11:00	カラオケ 同好会 12:00~16:00	ヨガ同好会 9:30~11:00	音読会 ①13:30~14:30 ②14:45~15:45	舞踊 同好会A 10:00~12:00	介護予防 運動I・II部 ①9:30~14:30 ②14:45~15:45	茶道 同好会 9:30~12:00	詩吟 同好会 13:00~15:00	書道 同好会A・B 9:15~12:00	英会話 同好会 13:30~16:00	介護予防 運動1部2部 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45	生け花講座 13:30~	
娯楽室	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	ホールペン画 同好会10:00~ 12:00	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	五行歌同好会 10:00~12:00	囲碁・将棋 のつどい	
その他			スカイクロス同好会										
日	18	19	20	21	22	23							
集会室	脳活性化 ヨガ教室 9:30~11:00	カラオケ 同好会 12:00~16:00	いきいき 筋トレ 10:00~ 12:00 (登録制)	民舞同好会B 12:00~14:00	舞踊 同好会B 10:00~12:00	民謡 同好会 13:00~15:00	茶道 同好会 9:30~12:00	詩吟 同好会 13:00~15:00	フォーク ソング同好会 10:00~12:00	童謡・唱歌 のつどい 13:00~15:00	天皇誕生日		
娯楽室		囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい (登録制)	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	<休所日>		
その他			公園体操 9:00~9:30	3B体操教室 14:30~15:30			スカイクロス同好会	介護予防 (運動・脳トレ) 15:15~16:15					
日	25	26	27	28	29	30/31							
集会室	いきいき 筋トレ 10:00~ 12:00 (登録制)	介護予防 運動I・II部 ①13:30~14:30 ②14:45~15:45	楽しい筋トレ 10:30~ 11:40 (登録制)	織物同好会 12:30~ 15:30	舞踊 同好会A 10:00~12:00	介護予防 運動I・II部 ①13:30~14:30 ②14:45~15:45	ゆっくり、ゆる めるストレッチ 午後1時30分 ~3時	折紙しま専科 13:00~15: 00	12月29日~1月3日まで休所となります。 本年も 多くのご利用ありがとうございました。 皆様、お元気で 良い新年をお迎えください。				
娯楽室		囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい (登録制)	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい					
その他	歴史探索(下京老人福祉センター共同事業)	公園体操 9:00~9:30					スカイクロス同好会	介護予防 (運動・脳トレ) 15:15~16:15					