2018年　3月号

平成30年2月20日行発行さわやかＭＩＢたより

曜日	月		火		水		木		金		土	
時　間	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
日							1		2		3	
集会室	３月の囲碁・将棋のお休みについて 5日（月）6日(火）１3日（火）17日(土）１9日（月） ２0日(火）２6日(月）２7日(火） 上記の日程で午前中の囲碁・将棋がお休みとなります。 ＊公園体操は　毎週火曜日　AM9：００～9：３０です						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 A：9：15~10：30 B：10：45~12：00	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							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	スカイクロス同好会 １０：30~ 12：00			
日	5		6		7		8		9		10	
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 A：9：15~10：30 B：10：45~ 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			スカイクロス同好会 9：30~12：00					介護予防 （運動・脳トレ） 15：15~16：15				
日	12		13		14		15		16		17	
集会室	ちぎり絵 講座 ９：００~	カラオケ 同好会 12:00~16：00	ヨガ同好会 10：00~11：30	音読会 13：30~14：30 14：45~15：45	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	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 A：9：15~10：30 B：10：45~ 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	英会話交流会 13:30~15:30
娯楽室	囲碁・将棋 のつどい	囲碁・将棋 のつどい	ボールペン画同好会 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 9：30~12：00	介護予防 （運動・脳トレ） 15：15~16：15				
日	19		20		21		22		23		24	
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	民舞 同好会B 12：00~14：00	春分の日		折紙しま専科 １０：００~ １２：００	和菓子作り体験 １３：３０~ 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	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		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				3B体操教室 14：30~15：30				介護予防 （運動・脳トレ） 15：15~16：15				
日	26		27		28		29		30		31	
集会室	いきいき 筋トレ 10：00~12：00	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	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	健康講座 腸と食中毒の お話 １０：００~ １１：３０	健康教室 マッサージ 鍼ケア講座 １３：30~	民謡 同好会 10：00~12：00	指編み講座 １３：00~ １５：００		
娯楽室		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	囲碁・将棋 のつどい
その他												