

☆予定は変更になる場合があります。
☆水分補給のための飲物を持参しましょう。

毎月開催！申込不要！
お気軽に参加できる催し

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	2日		3日		4日		5日		6日		7日	
集会室	太極拳同好会 10:00~12:00	卓球明球会 13:00~15:00 卓球ABC交流会 15:10~16:20	公園・ステップ体操 9:30~11:00 盆踊りのつどい 11:15~12:00	生きいきサロン 13:30~15:00 卓球ABC交流会 15:10~16:20	筋トレのつどい ① 9:30~10:30 ② 10:45~11:45	初心者レクリエーション ダンス同好会 13:30~15:30	初心者 マーシャント好会 10:00~12:00	健康マーシャント好会 12:30~14:30 卓球ABC交流会 14:40~16:20	初心者太極拳 同好会 10:00~12:00	ちぎり絵同好会 13:30~15:30	初球会 9:00~12:00	卓球A同好会 13:00~16:00
和室(小)	大正琴同好会 10:00~12:00	囲碁・将棋 13:00~16:30	将棋大盤講座 9:30~10:00 初めての将棋講座 10:00~11:30	初心者民謡講座 13:30~15:00	囲碁・将棋 9:00~12:00	初めての フラダンス 13:30~15:00	初めての囲碁講座 10:00~11:30 2部・対局及び指導 9:00~11:30	謡曲観世流同好会 13:00~15:00 囲碁・将棋 13:00~16:30	生花同好会 10:30~12:00 囲碁・将棋 9:00~12:00	お顔の筋トレ& 体のストレッチ 13:30~15:00	囲碁・将棋 9:00~12:00	囲碁・将棋 13:00~16:30
和室(大)	10:00~12:00	13:00~16:30	10:00~11:30	13:30~15:00	9:00~12:00	13:30~15:00	9:00~11:30	13:00~16:30	9:00~12:00	13:30~15:00	9:00~12:00	13:00~16:30
社協会議室									夏のちぎり絵講座 10:30~12:00			
日	9日		10日		11日		12日		13日		14日	
集会室	初心者ヨガ同好会 10:00~11:30	初心者コース同好会 12:30~14:00 コーラス・ローズ 14:15~16:15	絵手紙同好会 10:00~12:00	生きいきサロン 13:30~15:00 卓球ABC交流会 15:10~16:20	新舞踊美澄会(同) 9:30~11:30	レクリエーションダンス 12:00~14:00 筋トレ同好会AB 14:20~16:30	初心者社交ダンス 同好会 9:30~11:30	初心者ウクレレ同好会 13:00~14:30 ウクレレ同好会 14:45~16:30	卓球B同好会 9:00~12:00	卓球C同好会 13:00~16:00	初球会 9:00~12:00	卓球Cのつどい 13:00~16:00
和室(小)	初心者編物同好会 10:00~12:00	編物同好会 13:30~15:30	将棋大盤講座 9:30~10:00 初めての将棋講座 10:00~11:30	書道悠心会 13:00~15:00	おしゃべり・ モンちゅう サロン 10:00~12:00	(囲碁大会同時開催) 囲碁・将棋 13:00~16:30	初めての囲碁講座 10:00~11:30 2部・対局及び指導 9:00~11:30	(囲碁大会同時開催) 囲碁・将棋 13:00~16:30	パッチワーク同好会 10:00~12:00	民謡同好会 13:30~15:30	カラオケ同好会 9:30~11:30	書道泉同好会 13:00~15:00
和室(大)	9:00~12:00	13:30~15:30	10:00~11:30	13:00~15:00	10:00~12:00	13:00~16:30	9:00~11:30	13:00~16:30	10:00~12:00	13:30~15:30	9:30~11:30	13:00~15:00
社協会議室		成年後見講座 13:30~15:00		ふるさと山科お勉強会 13:30~15:30								
日	16日		17日		18日		19日		20日		21日	
集会室			公園・ステップ体操 9:30~11:00 盆踊りのつどい 11:15~12:00	生きいきサロン 13:30~15:00 卓球ABC交流会 15:10~16:20	筋トレのつどい ① 9:30~10:30 ② 10:45~11:45	初心者レクリエーション ダンス同好会 13:30~15:30	初心者 マーシャント好会 10:00~12:00	健康マーシャント好会 12:30~14:30 卓球ABC交流会 14:40~16:20	初心者太極拳 同好会 10:00~12:00	ちぎり絵同好会 13:30~15:30	初球会 9:00~12:00	うたごえサロン 13:30~15:00
和室(小)			将棋大盤講座 9:30~10:00 初めての将棋講座 10:00~11:30	初心者民謡講座 13:30~15:00	囲碁・将棋 10:00~12:00	囲碁・将棋 13:00~16:30	初めての囲碁講座 10:00~11:30 2部・対局及び指導 9:00~11:30	謡曲観世流同好会 13:00~15:00 囲碁・将棋 13:00~16:30	生花同好会 10:30~12:00 囲碁・将棋 9:00~12:00	お顔の筋トレ& 体のストレッチ 13:30~15:00	男のための 筋トレ体操 9:30~10:30 女のための 筋トレ体操 10:40~11:40	囲碁・将棋 13:00~16:30
和室(大)			10:00~11:30	13:30~15:00	10:00~12:00	13:00~16:30	9:00~11:30	13:00~16:30	9:00~12:00	13:30~15:00	9:00~12:00	13:00~16:30
社協会議室				ふるさと山科お勉強会 13:30~15:30						グルーテコ講座 13:30~15:00		
日	23日		24日		25日		26日		27日		28日	
集会室	初心者ヨガ同好会 10:00~11:30	初心者コース同好会 12:30~14:00 コーラス・ローズ 14:15~16:15	絵手紙同好会 10:00~12:00	生きいきサロン 13:30~15:00 卓球ABC交流会 15:10~16:20	新舞踊美澄会(同) 9:30~11:30	レクリエーションダンス 12:00~14:00 筋トレ同好会AB 14:20~16:30	初心者社交ダンス 同好会 9:30~11:30	初心者ウクレレ同好会 13:00~14:30 ウクレレ同好会 14:45~16:30	卓球C同好会 9:00~12:00	卓球A同好会 13:00~16:00	初球会 9:00~12:00	卓球B同好会 13:00~16:00
和室(小)	初心者編物同好会 10:00~12:00	編物同好会 13:30~15:30	将棋大盤講座 9:30~10:00 初めての将棋講座 10:00~11:30	書道悠心会 13:00~15:00	脳の若返り塾 10:00~12:00	囲碁・将棋 13:00~16:30	初めての囲碁講座 10:00~11:30 2部・対局及び指導 9:00~11:30	高齢者自主活動	パッチワーク同好会 10:00~12:00	民謡同好会 13:30~15:30	カラオケ同好会 9:30~11:30	書道泉同好会 13:00~15:00
和室(大)	9:00~12:00	13:30~15:30	10:00~11:30	13:00~15:00	10:00~12:00	13:00~16:30	9:00~11:30		10:00~12:00	13:30~15:30	9:30~11:30	13:00~15:00
社協会議室				ふるさと山科お勉強会 13:30~15:30						大人のぬり絵 13:00~15:00		
日	30日		31日									
集会室	※太極拳同好会 10:00~11:30	初心者コース同好会 ※12:30~14:00 コーラス・ローズ ※14:15~16:15	※初心者ヨガ 同好会 10:00~11:30	※卓球明球会 13:00~15:00	※ … 祝日等の振替							
和室(小)	※大正琴同好会 10:00~12:00	※あすなろ句会 13:00~16:00	囲碁・将棋 10:00~11:30	囲碁・将棋 13:00~15:00	… 申込不要							
和室(大)	10:00~12:00	13:00~16:00	9:00~12:00	13:00~16:30	… 申込必要							


『ステップ体操のつどい』
頭と体の楽しい体操
日 時：7月3日(火) 17日(火)
10:00~11:00
持ち物：上靴、タオル、飲み物
※9:30~公園体操(普及のため)

『盆踊りのつどい』
踊りの指導はありませんが
見よう見まねでも大丈夫！
日 時：7月3日(火) 17日(火)
11:15~正午頃
持ち物：上靴、飲み物

『いきいき筋トレのつどい』
生活筋力を維持向上するトレーニング。
日 時：7月4日(水) 18日(水)
1部 9:30~10:30
2部 10:45~11:45
持ち物：上靴、タオル、飲み物

『脳の若返り塾』
脳トレで脳を活性化！
漢字・算数・パズル等のプリント学習を
行います。
日 時：7月25日(水)
10:00~正午
上記のお好きな時間にお越しください。
持ち物：筆記用具、飲み物

『おしゃべり・
モンちゅうサロン』
様々なテーマをもとに
みんなでしゃべります。
(お話を聴くだけでも大歓迎です。)
日 時：7月11日(水)
10:00~正午頃
持ち物：飲み物、話題(あれば)

 広報紙に掲載の事業はすべて
いきいきポイント(5ポイント)の対象です。

暑中お見舞い申し上げます。
熱中症などを防ぐため
水分補給のための飲物を持参しましょう！



※卓球と囲碁・将棋は会場に空きが有る場合のみ会場や備品を開放して開催する不定期事業です。

卓球A,B,C・・・登録制 / 初球会・・・初心者向け教室(申込必要) / 囲碁・将棋・・・登録制(囲碁大会は申込必要)