

様

しらさぎ会館
地域活動支援センター

電話：083-922-3666

FAX：083-922-3669

10月の講座予定表



日付	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	
午前	休	音楽レク	太極ストレッチ	ひも体操	ヨガ	健康体操	休
午後		パソコン		オセロ・トランプ	手話	しらさぎ美化活動	
8	9	10	11	12	13	14	
午前	休	スポーツの日	しらさぎ運動教室 (ウォーキング)	ボウリング	点字	誕生日会 (秋の運動会) 参加費330円	休
午後			しらさぎ運動教室 (ウォーキング)	ものづくり (11月の飾り) (材料費300円)	絵画		
15	16	17	18	19	20	21	
午前	休	ヨガ	太極ストレッチ	書道	卓球バレー	盲サロン (常盤公園)	休
午後		パソコン		難聴者サロン (聞こえのサロン⑤)	手話		
22	23	24	25	26	27	28	
午前	休	陶芸	しらさぎ運動教室 (ウォーキング)	デフサロン (長門峡)	点字	休	休
午後			しらさぎ運動教室 (ウォーキング)		脳トレ		
29	30	31					
午前	休	盲サロン (常盤公園)	卓球バレー				
午後			編み物				

★しらさぎ運動教室（ウォーキング）は申込人数によって、午前・午後で調整させていただきます。

★難聴者サロン（聞こえのサロン）の詳細は別途お知らせいたします。

★参加の有無に関わらず、全員前月20日までにお返事をお願いいたします。