

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

9月の講座予定表

日付	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前	休	音楽レク	太極ストレッチ	卓球バレー	ヨガ	健康体操	休
午後		パソコン	オセロ・トランプ	盲サロン (コンサート)		脳トレ	
日付	7	8	9	10	11	12	13
午前	休	ボウリング	誕生日会 (敬老会) 参加費500円 10:00~11:30	ひも体操	点字	百歳体操	休
午後		スマホ		ものづくり (10月の飾り) 300円		オセロ・トランプ	
日付	14	15	16	17	18	19	20
午前	休	敬老の日	太極ストレッチ	書道	ヨガ	朗読 (みずの会)	休
午後			縫い物	絵手紙	卓球バレー	脳トレ	
日付	21	22	23	24	25	26	27
午前	休	難聴者サロン (野草さんぽ)	秋分の日	百歳体操	点字	デフサロン (こんこんパーク)	休
午後		スマホ		脳トレ			
日付	28	29	30				
午前	休	休	体力測定				
午後							

★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します。