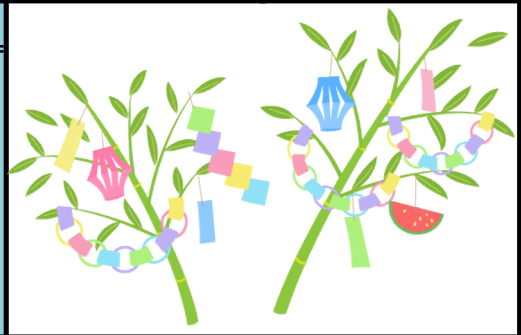
様

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

令和８年7月の講座予定表

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
午前				卓球バレー	ヨガ	健康体操	休
午後				美化活動 （七夕飾り）	トランプ		
日付	5	6	7	8	9	10	11
午前	休	音楽レク	太極ストレッチ	盲サロン （買い物）	百歳体操	ビーンボウリング	休
午後		脳トレ	七夕まつり （飲食費300円）	ものづくり （8月の飾り） （材料費300円）		デフサロン 茶話会 (飲食費300円)	
日付	12	13	14	15	16	17	18
午前	休	卓球バレー	百歳体操	書道	ヨガ	朗読 （みずの会）	休
午後		スマホ （視覚障がい）	トランプ	シャッフルボード	絵手紙	ひも体操	
日付	19	20	21	22	23	24	25
午前	休	海の日	太極ストレッチ	盲サロン （買い物）	点字	卓球バレー	休
午後			縫い物		百歳体操	脳トレ	
日付	26	27	28	29	30	31	
午前	休	ビーンボウリング	百歳体操	盲サロン （買い物）	卓球バレー	休	
午後		スマホ （聴覚・他）	難聴者サロン 茶話会 (飲食費300円)	トランプ			

★ 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。