



12月 予定表



講 座	開始時間	開催日	◆同好会	利用時間	開催日
元気体操	午前10時30分	1	◆民踊（ひまわり）	午前9時	12, 26
調整体操	午前10時30分	3	◆民踊（櫻）	・午後1時	12, 26
筋力アップ体操	午前10時30分	8	◆スマイル太極拳(女性限定)	・午後1時	9
のんびり体操	・午後1時30分	2	◆フラダンス(レファ)	午前9時50分	5, 8
健康体操	・午後1時30分	17	◆福祉ニチレク	午前9時	13, 27
3B体操－A	・午後1時30分	3	◆卓球同好会	・午後1時	12, 19
3B体操－B	午前10時30分	15	◆福寿草(社交ダンス)	・午後1時	13, 27
さわやかヨガ	・午後1時30分	22	◆詩吟	・午後1時	1, 15
楽しいイスヨガ	午前10時	9	◆詩吟オレンジ会	午前9時30分	19
フレイル体操	午前10時30分	5	◆オカリナ	・午後1時	9, 23
フラダンス	午前10時30分	6	◆天神山歌謡同好会	・午後1時	4, 18
初心者ピンポン	・午後1時30分	8	◆英語	午前9時30分	9, 23
華道	・午後1時30分	11, 26	◆折り紙	・午後1時	6, 20
茶道	・午後1時30分	18	◆絵画	午前9時30分	16
書道 かな	午前10時	10	◆茶道	午前9時30分	4, 11
書道 漢字	午前10時	24	◆書道	午前9時30分	3, 17
民謡	午前10時	24	◆健寿会(脳トレクラブ)	午前9時	1
コーラス	・午後1時30分	16	◆写経の集い	午前9時30分	17
歌って元気	午前10時	22	◆鯨城パソコン	午前9時30分	4, 19
絵手紙	・午後1時30分	1	◆パソコンお絵かき	午前9時30分	18
絵画	午前10時	2	◆花咲か隊	午前9時30分	26
水墨画	午前10時	12	◆西こじょう会	午前9時30分・午後1時	13
山田地区会館			◆なかよしマジック	・午後1時	15
			◆さくら草の会	・午後1時	20
			◆たのしい手芸	・午後1時	16
			◆健口体操タンポポ	・午後1時	3, 17
			◆天神山の学友	午前9時30分	20
チェアビクス	午前10時10分	17			
体操	午前10時20分	11			
歌って元気	・午後1時30分	25			

12月の入浴時間

- 男性 午後2時15分～3時15分
○女性 午後1時 5分～2時 5分

奇数月は入浴の順番が入れ替わります。
<毎月5日・15日は 入浴事業休止>

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
会館日程	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	火
					風呂休み		休館日							休館日	風呂休み						休館日							休館日	休館日	休館日	休館日

★発行日 令和7年 11月 15日 なお、発行日以降に変更が生じる場合がございます。