



# 10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	7, 29	◆民踊 (ひまわり)	午前9時	4, 18
調整体操	午前10時30分	2	◆民踊 (櫻)	・午後1時	11, 25
リハビリ体操	午前10時30分	15	◆スマイル太極拳※女性限定	・午後1時	8, 22
のんびり体操	・午後1時30分	1	◆フラダンス(レファ)	午前9時50分	28
健康体操	・午後1時30分	16	◆福祉ニチレク	午前9時	12, 26
3B体操-A	・午後1時30分	2	◆卓球同好会	・午後1時	11, 18
3B体操-B	午前10時30分	21	◆福寿草(社交ダンス)	・午後1時	12, 26
さわやかヨガ	・午後1時30分	28	◆詩吟	・午後1時	7, 21
楽しいイスヨガ	午前10時	8	◆詩吟オレンジ会	午前9時30分	18
ロコモ体操	午前10時30分	25	◆オカリナ	・午後1時	8, 22
フラダンス	午前10時30分	5	◆名古屋甚句	午前9時30分	11, 18
初級ピンポン	・午後1時30分	28	◆天神山歌謡同好会	・午後1時	3, 17
華道	・午後1時30分	10, 24	◆英語	午前9時30分	8, 22
茶道	・午後1時30分	17	◆折り紙	・午後1時	5, 19
書道 かな	午前10時	9	◆絵画	午前9時30分	15
書道 漢字	午前10時	23	◆茶道	午前9時30分	3, 10
民謡	午前10時	23	◆書道	午前9時30分	2, 16
コーラス	・午後1時30分	15	◆健寿会(脳トレクラブ)	午前9時	7
音楽で元気	午前10時	28	◆写経の集い	午前9時30分	16
絵手紙	・午後1時30分	7	◆映画	・午後1時	9
絵画	午前10時	1	◆鯨城パソコン	午前9時30分	3
水墨画	午前10時	11	◆パソコンお絵かき	午前9時30分	17
山田地区会館			◆P C 倶楽部	午前9時00分	1, 22
			◆花咲か隊	午前9時30分	25
			◆西こじょう会	午前9時30分・午後2時	12
チェアビクス	午前10時10分	16			
体操	・午後1時30分	15			
水墨画	午前10時	24			



## 10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>

開催日程	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
	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	水	木
					風呂休み	休館日							休館日	休館日	風呂休み					休館日							休館日				

★発行日 令和6年 9月 13日 なお、発行日以降に変更が生じる場合がございます。