

令和5年8月予定表

| 日曜日 | 定期講座 | | 同好会 | | 単発講座自由参加分 | | 単発講座申込み分 | | ★振替日 | | 日曜日 | 開催できない講座・同好会 | | 単発講座自由参加分 | | 単発講座申込み分 | | | |
|-----|---------------|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|------------------|----------------|-----------------|-----------------|---------------|-------------|-----------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|
| | 午前 9:00~11:00 | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 | 午前 9:00~11:00 | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 | 午前 9:00~11:00 | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 | 午前 9:00~11:00 | | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 | 午前 9:00~11:00 | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 | 午前 9:00~11:00 | 午後1 11:30~13:30 | 午後2 14:00~16:00 |
| 1 | 詩吟 | 予防教室10~12 | 絵手紙 | ばら組13:30~15:30 | 健康体操 | 14~15:30 | ばら組13:30~15:30 | 15 | 詩吟 | 予防教室10~12 | 絵手紙 | ばら組13:30~15:30 | 日寿会(民踊) | 水墨画 | | | | ばら組13:30~15:30 | |
| 2 | 英会話 | 予防教室10~12 | 英会話 | | 楽しく筋力アップ | 14:00~15:30 | リーダー講座⑤13:30~ | 16 | 英会話 | 予防教室10~12 | 英会話 | | | | | | | わくわく体操 | 14:00~15:30 |
| 3 | 添削書道 | 予防教室10~12 | 書道 | ふみの会9:30~12 | きてみて体操 | 元気体操 | | 17 | 添削書道 | 予防教室10~12 | 書道 | ふみの会9:30~12 | | | | | | きてみて体操 | 姿勢改善体操 |
| 4 | 太極拳 | | 盆踊り | 11:30~13:00 | 民踊 | | | 18 | 太極拳 | | 盆踊り | 11:30~13:00 | | | | | | 民踊 | |
| 5 | | | | | 友希の会 | (日本舞踊) | | 19 | 上映会① | | 上映会① | 上映会② | | | | | | 上映会② | |
| 6 | 休館日 | | | | | | | | 20 | 休館日 | | | | | | | | | |
| 7 | 免疫を保つ体操① | 9:15~10:45 | ルーシーダットン | 10:50~11:50 | 楽しく発声 | いこまえづ手芸打合せ13:00~ | | 21 | 免疫を保つ体操② | 9:15~10:45 | ルーシーダットン | 10:50~11:50 | 楽しく発声 | | | | | 楽しく発声 | |
| 8 | 民謡 | 9:30~11 | 基本茶道 | | 茶道平野会 | | | 22 | 民謡 | 9:30~11 | 基本茶道 | | 奏筆(あびす組) | 14:00~15:30 | | | | 奏筆(あびす組) | 14:00~15:30 |
| 9 | 発声から | 学んで歌おう① | 9:30~11:00 | 前津 | フォークダンス | 夏の歌を楽しむ | 内田由美子先生 | 23 | 発声から | 学んで歌おう② | 9:30~11:00 | 前津 | フォークダンス | 知トク講座 | 14~15:30 | | | 知トク講座 | 14~15:30 |
| 10 | 転倒予防と | 脳トレ体操 | 9:30~11:00 | フラダンス同好会 | フェニックス | きてみて体操 | のびのび体操 | 24 | 折り紙中級 | 9:30~11:00 | フラダンス同好会 | フェニックス | きてみてヨガ体操 | | | | きてみてヨガ体操 | | |
| 11 | 休館日(山の日) | | | | | | | | 25 | バランスボール | ①9:45~10:30 | ヨガ | 12:15~13:15 | 福彩会 | | | | 福彩会 | |
| 12 | | | 元気体操 | 12:30~13:30 | 楽楽体操 | ①14~14:50 | ②15:10~16 | 26 | | | 元気体操 | 12:30~13:30 | きてみて体操 | のびのび体操 | | | きてみて体操 | のびのび体操 | |
| 13 | 休館日 | | | | | | | | 27 | 休館日 | | | | | | | | | |
| 14 | 大正琴 | 9:30~11:00 | ピアノ(児童館) | シニア合唱 | ①13:00~14:30 | シニア合唱 | ①13:00~14:30 | 28 | 大正琴 | 9:30~11:00 | ピアノ(児童館) | シニア合唱 | ②13:00~14:30 | シニア合唱 | ②13:00~14:30 | シニア合唱 | ②13:00~14:30 | シニア合唱 | ②13:00~14:45 |
| 14 | | | はじめの囲碁 | 10~12 | はじめの囲碁 | 10~12 | はじめの囲碁 | 10~12 | | | | はじめの囲碁 | 10~12 | はじめの囲碁 | 10~12 | はじめの囲碁 | 10~12 | はじめの囲碁 | 10~12 |
| 14 | | | | | シニア合唱 | ①13:00~14:45 | ②14:45~16:00 | | | | | シニア合唱 | ②13:00~14:45 | シニア合唱 | ②13:00~14:45 | シニア合唱 | ②13:00~14:45 | シニア合唱 | ②13:00~14:45 |
| 14 | | | | | きものリフォーム教室 | | | | | | | きものリフォーム教室 | | | | | | きものリフォーム教室 | |
| 29 | ★俳句入門 | 9:15~11:15 | | | | | | 29 | ★俳句入門 | 9:15~11:15 | | | | | | | | ★座ってやさしい体操 | 14~15:30 |
| 30 | ミュージックサーフィン | 古川・村井先生 | 10~11 | | | | | 30 | ミュージックサーフィン | 古川・村井先生 | 10~11 | | | | | | | ★折り紙初級 | 14:00~15:30 |
| 31 | 上映会 | | | | | | | 31 | 上映会 | | | | | | | | | きてみて体操 | かるやか体操 |

※きてみて体操・きてみてヨガ体操は14:00~15:30
 ※みんなでピンポンは10:00~12:00。原則毎週月曜日(児童館の都合による)