

# 令和5年11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		曜	日	開催できない講座・同好会		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								
		集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室			集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室	集会室1 集会室2 和室	その他 わくわく室 囲碁室 将棋室		
1	水	英会話	予防教室10~12 淡水(絵手紙)	英会話	30植田	楽しく筋力アップ 14:00~15:30				15	水	英会話	予防教室10~12 淡水(絵手紙)	英会話	30植田	わくわく体操 14:00~15:30							
2	木	添削書道	予防教室10~12 ふみの会9:30~12	書道	ふみの会9:30~12 アプリケ	きてみて体操 元気体操				16	木	添削書道	予防教室10~12 ふみの会9:30~12	書道	29美会 アプリケ	きてみて体操 ほかほか体操							
3	金	休館日(文化の日)										17	金	太極拳		ゆったりストレッチ ② 11:30~13:00		民踊		小唄	ドコモ相談会13:30~16:30		
4	土	★折り紙中級 9:30~11:00				友希の会 (日本舞踊)				18	土	上映会①		上映会 ①	上映会 ②		上映会②						
5	日	休館日										19	日	休館日									
6	月	免疫を保つ体操① 9:15~10:45	ピンポン(児童館) 囲碁級位者10~12 囲碁級位者10~12	ルーシーダットン 10:50~11:50	囲碁級位者10~12	楽しく発声				20	月	免疫を保つ体操② 9:15~10:45	ピンポン(児童館) 囲碁級位者10~12 囲碁級位者10~12	ルーシーダットン 10:50~11:50	囲碁級位者10~12	楽しく発声							
7	火	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 鳥籠の会13~			21	火	詩吟	予防教室10~12	絵手紙	ばら組13:30~15:30	座ってやさしい体操 14~15:30	ばら組13:30~15:30 鳥籠の会13~						
8	水	発声から 学んで歌おう① 9:30~11:00	予防教室10~12 編友会	前津 フォークダンス		★ゆったりストレッチ ① 14:00~15:30	ベタンク13出発 前津俳句			22	水	作品展準備(館)	作品展準備(館)	作品展準備(館)	作品展準備13:00~ (利用者)								
9	木	転倒予防と 脳トレ体操 9:30~11:00	園芸クラブ 予防教室10~12 ふみの会9:30~12	フラダンス同好会 フェニックス	ふみの会9:30~12	きてみて体操 やさしい健康体操	健康相談			23	木	休館日(勤労感謝の日)											
10	金	俳句入門 9:15~11:15		ヨガ 12:15~13:15		折り紙初級 14:00~15:30				24	金	作品展 (いこまえづサロン手芸 ①10:00~11:30 ②13:00~14:30)											
11	土	音楽でココロもカラダも ほっかほか 兼山悦子先生 10:00~11:30		元気体操 12:30~13:30		楽楽体操 ①14~14:50 ②15:10~16				25	土	作品展											
12	日	休館日										26	日	休館日									
13	月	大正琴 9:30~11:00	ピンポン(児童館) はじめての囲碁 10~12	シニア合唱 ① 13:00 ~14:30	はじめての囲碁 10~12	シニア合唱 ① 13:00 ~14:30	うちだ合唱 14:45 ~16:00			27	月	大正琴 9:30~11:00	ピンポン(児童館) はじめての囲碁 10~12	シニア合唱 ② 13:00 ~14:30	はじめての囲碁 10~12	シニア合唱 ② 13:00 ~14:30	うちだ合唱 14:45 ~16:00	いこまえづ折り紙13:30~					
14	火	民謡 9:30~11:00	★ピンポン(児童館) 予防教室10~12	音楽でリフレッシュ 11:30~13:00		奏筆(大黒組) 14:00~15:30	鳥籠の会13~			28	火	民謡 9:30~11:00	予防教室10~12	音楽でリフレッシュ 11:30~13:00		奏筆(あびす組) 14:00~15:30	鳥籠の会13~						
		朝弥会	ドコモLINE講座10:30~12	ヨガ 11:25~12:25	ドコモLINE講座10:30~12	シャチの会	撥			29	水	★発声から 学んで歌おう② 9:30~11:00	予防教室10~12	★己書教室 11:30~13:30		部屋貸し説明会 14:00~15:00							
										30	木					★さわやかヨガ体操							

※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)