

# 令和8年7月予定表

日	定期講座		同好会		単発講座自由参加		単発講座申込み分		★二振替日		＝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	午後1 11:30～13:30	午後2 14:00～16:00	午後1 11:30～13:30	午後2 14:00～16:00	午後1 11:30～13:30	午後2 14:00～16:00	午後1 11:30～13:30	午後2 14:00～16:00	午後1 11:30～13:30	午後2 14:00～16:00	
日	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室	集会所1 集会所2 和室	その他 わくわく室 集会所 活動室
1 水	英会話	認知症予防教室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			英会話	認知症予防教室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	わくわく体操 14:00～15:30	
2 木	添削書道	認知症予防教室10～12 ふみの会9～12	書道	ふみの会9～12	きてみて体操 元気体操 14:00～15:30			添削書道	認知症予防教室10～12 ふみの会9～12	書道	ふみの会9～12	きてみて体操 元気体操 14:00～15:30	29美会	
3 金	太極拳		盆踊り(前期) 11:30～13:00		民踊			太極拳		盆踊り(前期) 11:30～13:00		民踊		
4 土		小友会10:00～		小友会	小唄			上映会①		上映会① 上映会②		上映会②		
5 日	休館日						休館日							
6 月	やさしいバンスポール エクササイズ 10:00～11:00	ピンポン(児童館) 囲碁級位者9～12			楽しく発声			休館日(海の日)						
7 火	詩吟	認知症予防教室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		詩吟	認知症予防教室10～12	絵手紙	ばら組13:30～15:30	やさしい体操 14:00～15:30	ばら組13:30～15:30	
8 水	発声から 学んで歌おう 9:30～11	認知症予防教室10～12	前津 フォークダンス		楽楽体操 14:00～15:30			発声から 学んで歌おう 9:30～11	認知症予防教室10～12	前津 フォークダンス				
9 木	転倒予防と 脳トレ体操 9:30～11:00	認知症予防教室10～12 ふみの会9～12			きてみて体操 しゃんと体操 14:00～15:30			折り紙入門亀 9:30～11:00	認知症予防教室10～12 ふみの会9～12	ゆったりストレッチ 12:00～13:30	ふみの会9～12	きてみてヨガ体操 さわやかヨガ 14～15:30		
10 金	俳句入門 9:15～11:15				折り紙入門亀 14:00～15:30			はじめての己書 9:30～11:00						
11 土			ヨガ12:15～13:15		楽楽体操 14:00～15:30					ヨガ12:15～13:15		きてみて土曜体操 のびのび体操 14～15:30		
12 日	休館日						休館日							
13 月	大正琴 9:30～11:00	ピンポン(児童館) しなまよし9:30～13:00 はじめての囲碁 10～12	大正琴	シニア合唱 13:00 ～14:30	うちだ合唱 14:45 ～18:00			大正琴 9:30～11:00	はじめての囲碁 10～12	大正琴	シニア合唱 13:00 ～14:30	うちだ合唱 14:45 ～18:00		
14 火		認知症予防教室10～12	音楽でリフレッシュ 11:30～13:00		奏筆(大黒組) 14:00～15:30			男性の バンスポールエクササイズ 10:00～11:00	認知症予防教室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		
15 水								上映会①	認知症予防教室10～12	上映会① 上映会②		上映会②		
16 木														
17 金														
18 土														
19 日	休館日						休館日							
20 月														
21 火														
22 水														
23 木														
24 金														
25 土														
26 日	休館日						休館日							
27 月														
28 火														
29 水														
30 木														
31 金														

※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)