

令和6年度 【4月】 各 講座・サークル等日程のお知らせ

老人福祉センター事業

| 講座・生きがい事業     | 曜日    | 日程  |     |     |                |                | 時間                               | サークル                  | 曜日             | 日程  |     |             |             |             | 時間          |
|---------------|-------|-----|-----|-----|----------------|----------------|----------------------------------|-----------------------|----------------|-----|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 編み物講座         | 月曜日   | 8日  |     |     |                |                | 9:30~11:30                       | さくらクラブ(体操)            | 月曜日            | 1日  | 8日  | 15日         |             |             | 10:00~11:30 |
| 園芸            | 月曜日   | 15日 |     |     |                |                | 13:30~14:00<br>14:00~14:30       | 絵はがき                  | 月曜日            | 1日  | 22日 | 26日(金)      |             |             | 9:30~11:30  |
| ディスコン(軽いスポーツ) | 水曜日   | 24日 |     |     |                |                | 13:30~15:00                      | ピアノサークル               | 月曜日            | 1日  | 15日 |             |             | 9:30~11:00  |             |
| 筆ペン・ボールペン講座   | 木曜日   | 4日  | 18日 |     |                |                | 9:30~11:30                       | 着物リフォーム               | 月曜日            | 8日  | 22日 |             |             | 13:30~16:00 |             |
| 民謡            | 木曜日   | 4日  | 18日 |     |                |                | 13:30~15:30                      | まんでーディスコン<br>(軽いスポーツ) | 月曜日            | 1日  | 8日  | 15日         |             | 13:30~15:00 |             |
| 生きがい事業        |       |     |     |     |                |                |                                  | リフレッシュ体操              | 火曜日            | 2日  | 9日  | 16日         |             |             | 10:00~11:30 |
| 男の脳トレ体操       | 火曜日   | 2日  | 9日  | 16日 | 23日            | 30日            | 13:30~14:30                      | コミュニティー(軽運動)          | 火曜日            | 2日  | 16日 |             |             | 10:00~11:30 |             |
| まほへのトレーニング    | 木曜日   | 4日  | 11日 | 18日 | 25日            |                | ①9:30~10:30<br>②10:45~11:45      | 健康手品                  | 火曜日            | 23日 |     |             |             | 9:30~11:30  |             |
| 生きがい体操②       | 木曜日   | 4日  | 11日 | 18日 | 25日            |                | 1部 13:30~14:30<br>2部 14:45~15:45 | 習字サークル                | 火曜日            | 9日  | 23日 |             |             | 9:30~11:30  |             |
| 人生大漁サロン       | 火曜日   | 2日  | 9日  | 16日 | 23日            | 30日            | 1部 13:15~14:15                   | お抹茶クラブ                | 火曜日            |     |     |             |             | 13:30~15:00 |             |
|               |       |     |     |     |                |                | 2部 14:30~15:30                   | 卓球                    | 火曜日            | 2日  | 9日  | 16日         | 23日         | 30日         | 13:00~17:00 |
|               | 水曜日   | 3日  | 10日 | 17日 | 24日            |                | 1部 13:15~14:15                   | 卓球                    | 水曜日            | 3日  | 10日 | 17日         | 24日         | 9:00~12:00  |             |
|               |       |     |     |     |                | 2部 14:30~15:30 | やさしい太極拳                          | 水曜日                   | 3日             | 10日 | 17日 | 24日         | 9:30~12:00  |             |             |
| 金曜日           | 5日    | 12日 | 19日 | 26日 |                | 1部 13:15~14:15 | フェイシャル(顔)ヨガ                      | 木曜日                   | 4日             | 18日 |     |             | 13:30~15:00 |             |             |
|               |       |     |     |     | 2部 14:30~15:30 | きずなサークル(体操)    | 金曜日                              | 5日                    | <del>12日</del> | 19日 | 26日 | 10:00~11:30 |             |             |             |
| なごみの里カフェ      | 第2木曜日 | 11日 |     |     |                |                | 13:00~16:00                      | ダンスいろいろサークル           | 金曜日            | 5日  | 12日 | 26日         |             | 10:00~11:30 |             |
| 元気チェック講座      | 火曜日   | 2日  | 9日  | 16日 | 23日            | 30日            | 14:00~15:30                      | ほほえみ健康クラブ(体操)         | 金曜日            | 5日  | 12日 | 19日         | 26日         | 13:30~15:00 |             |
|               | 金曜日   | 5日  | 12日 | 19日 | 26日            |                | 10:00~11:30                      | 童謡専科                  | 金曜日            | 12日 | 26日 |             |             | 13:30~15:00 |             |
|               |       |     |     |     |                |                |                                  | さわやかサロン               | 水曜日            | 3日  | 10日 | 17日         | 24日         | 13:00~15:00 |             |

田尻町社会福祉協議会 老人福祉センター事業 担当：高山

生きがい事業 担当：山瀬・中出

興味のある方は担当までお問い合わせくださいネ!