

# テンミリオンハウス『きんもくせい』 講座予定表

← 1はメインルーム、2はサブルーム

2025年4月

| 曜日  | 月   | 火   | 水   | 木  | 金   | 土   |
|-----|---|---|---|--|---|---|
| 日にち | 1   | 2   | 3   | 4  | 5   | 6   |
| 午前1 |    | 書道  | 絵手紙   | 転倒予防体操   | スリーA(10:30~)  | 歌の会   |
| 前2  |   | 英会話(浜尾クラス)  |    | 初心者健康麻雀  |  |    |
| 午後1 |    | 生け花教室   | 絵手紙   | 手芸   | やさしい体操  | 初心者囲碁クラブ  |
| 後2  |   | 初心者パソコン   | パソコン(新井教室)  | 囲碁クラブ  |  | 初心者健康麻雀   |
| 日にち | 7   | 8   | 9   | 10   | 11  | 12  |
| 午前1 | 地域交流会   | 書道  | 一人暮らし応援クラブ  | 転倒予防体操   | 英会話(杉本クラス)  | 初めてのスマホ講座   |
| 前2  |    | 手描き型染め  | 絵手紙   | 初心者健康麻雀  |  |    |
| 午後1 | パステル&ぬり絵  |   | 絵手紙   | 手芸   | 脳トレ   | 初心者囲碁クラブ  |
| 後2  | 健康麻雀  | スマホクラブ  | パソコン(新井教室)  | 囲碁クラブ  | こころのアトリエ  | 初心者健康麻雀   |
| 日にち | 14  | 15  | 16  | 17   | 18  | 19  |
| 午前1 | スリーA(10:30~)  | 書道  | ちょこボラクラブ  | 転倒予防体操   | スリーA(10:30~)  | 歌の会   |
| 前2  |    | 英会話(浜尾クラス)  | ウクレレクラブ   | 初心者健康麻雀  |  |    |
| 午後1 | 水墨画   | 遊印  |   | 手芸   | やさしい体操  | 初心者囲碁クラブ  |
| 後2  | 健康麻雀  | 初心者パソコン   | パソコン(新井教室)  | 囲碁クラブ  | 折り紙講座   | 初心者健康麻雀   |
| 日にち | 21  | 22  | 23  | 24   | 25  | 26  |
| 午前1 | 手描き型染め  | 書道  | 一人暮らし応援クラブ  | 転倒予防体操   | 英会話(杉本クラス)  | 初めてのスマホ講座   |
| 前2  |  | 初心者スマホクラブ   |  | 初心者健康麻雀  | 手話  |  |
| 午後1 | パステル&ぬり絵  |   | 俳句クラブ   | 手芸   | 歌の集い  | 介護家族カフェ   |
| 後2  | 健康麻雀  | パソコン(新井教室)  | 囲碁クラブ   |   |   |   |
| 日にち | 28  | 29(祝)   | 30  |  <p>毎月第4木曜10時~11時半にZoom交流会を開催しています。<br/>自宅にいながら会話が楽しめます。シニア世代こそZoomを上手に活用しましょう。</p> |   |   |
| 午前1 | スリーA(10:30~)  | 書道  | 休所日   |  |   |   |
| 前2  |  |   |   |  |   |   |
| 午後1 | 水墨画   |  |   |  |   |   |
| 後2  | 健康麻雀  | 朗読会   |   |  |   |   |