

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10月

曜日	月	火	水	木	金	土
日にち	開講時間 午前：10時～11時半 (ただし月・金曜スリーA、金曜手話、木曜 転倒予防体操、土曜歌の会は10時半スタート) ブレイン体操は11時スタート)		1	2	3	4
午1			ひとり暮らし応援クラブ	転倒予防体操	スリーA(10:30～)	歌の会
前2			絵手紙	初心者健康麻雀		
午1			絵手紙	手芸	やさしい体操	初心者囲碁クラブ
後2			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	6	7	8	9	10	11
午1	地域交流会	書道	ブレイン体操	転倒予防体操	英会話(杉本クラス)	
前2		英会話(浜尾クラス)	絵手紙	初心者健康麻雀		
午1	パステル&ぬり絵	生け花教室	絵手紙	手芸	脳トレ	初心者囲碁クラブ
後2	健康麻雀		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	13	14	15	16	17	18
午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～)	歌の発表会
前2				初心者健康麻雀		
午1	水墨画	スマホクラブ	ウクレレクラブ	手芸	手芸カフェ	初心者囲碁クラブ
後2	健康麻雀		パソコン(新井教室)	囲碁クラブ	やさしい体操	初心者健康麻雀
日にち	20	21	22	23	24	25
午1	手描き型染め	書道	ブレイン体操	転倒予防体操	英会話(杉本クラス)	
前2		英会話(浜尾クラス)		初心者健康麻雀	手話ソング	
午1	パステル&ぬり絵	手描き型染め	俳句クラブ	口腔ケア講座	脳トレ	介護家族カフェ
後2	健康麻雀	遊印	パソコン(新井教室)	囲碁クラブ		
日にち	27	28	29	30	31	11月1日
午1	スリーA(10:30～)	書道		転倒予防体操	休所日	歌の会
前2				初心者健康麻雀		
午1	水墨画	初心者スマホクラブ	歌の集い	手芸		作品展準備
後2	健康麻雀		パソコン(新井教室)	囲碁クラブ		