

# 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

2026年7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、土曜歌の会は10時半、 ブレイン体操は11時スタート) 午後：1時半～4時		1	2	3	4
午前1			ひとり暮らし応援クラブ	健康体操	ゆびほぐし講座	歌の会
午前2			絵手紙	初心者健康麻雀		
午後1			パソコン(新井教室)	手芸	折り紙クラブ	初心者囲碁クラブ
午後2				囲碁クラブ		初心者健康麻雀
日にち	6	7	8	9	10	11
午前1	地域交流会	書道	ブレイン体操	健康体操	英会話(杉本クラス)	
午前2		英会話(浜尾クラス)		初心者健康麻雀		
午後1		歌の集い	絵手紙	手芸	脳トレ	初心者囲碁クラブ
午後2	健康麻雀	健康麻雀入門	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
午前1	スリーA(10:30～)	書道	ちょこボラクラブ	健康体操	スリーA(10:30～)	歌の会
午前2				初心者健康麻雀		
午後1	水墨画	手描き型染め	ウクレレクラブ	手芸	やさしい体操	初心者囲碁クラブ
午後2	健康麻雀	スマホクラブ	パソコン(新井教室)	囲碁クラブ		初心者健康麻雀
日にち	20	21	22	23	24	25
午前1	手描き型染め	書道	ブレイン体操	健康体操	英会話(杉本クラス)	
午前2		英会話(浜尾クラス)		初心者健康麻雀	手話ソング	
午後1	音読の会	遊印	俳句クラブ	手芸	脳トレ	介護家族カフェ
午後2	健康麻雀	健康麻雀入門	パソコン(新井教室)	囲碁クラブ		
日にち	27	28	29	30	31	
午前1	スリーA(10:30～)	書道	運営委員会	健康体操	休所日	
午前2				初心者健康麻雀		
午後1	水墨画	初心者スマホクラブ		手芸		
午後2	健康麻雀	健康麻雀入門	パソコン(新井教室)	囲碁クラブ		