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11月

曜日	月	火	水	木	金	土
日にち	2	3	4	5	6	7
午前 1	地域交流会	書道	ひとり暮らし応援クラブ	健康体操	スリーA（10:30～）	歌の会
午前 2	作品展のためサブルームの講座はお休みです					作品展片付け
午後 1	経絡ヨガ	歌の集い	絵手紙	手芸	やさしい体操	初心者囲碁クラブ
午後 2	作品展のためサブルームの講座はお休みです					初心者健康麻雀
日にち	9	10	11	12	13	14
午前 1	スリーA（10:30～）	書道	ブレイン体操	健康体操	英会話（杉本クラス）	
午前 2				初心者健康麻雀		
午後 1	水墨画	手描き型染め	絵手紙	手芸	ギターコンサート	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	こころのアトリエ	初心者健康麻雀
日にち	16	17	18	19	20	21
午前 1	手描き型染め	書道	ちょこボラクラブ	健康体操	指ほぐし講座	歌の会
午前 2		英会話（浜尾クラス）		初心者健康麻雀		
午後 1	音読の会	遊印	ウクレレクラブ	手芸	手芸カフェ	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		初心者健康麻雀
日にち	23	24	25	26	27	28
午前 1	特別講座	書道	ブレイン体操	健康体操	英会話（杉本クラス）	
午前 2				初心者健康麻雀	手話ソング	
午後 1	水墨画	初心者スマホクラブ	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	30					
午前 1	休所日					
午前 2						
午後 1						
午後 2						

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時開始）
午　後：１時半～４時

毎月第4木曜10時～11時半にZoom交流会を開催しています。自宅にいながら会話が楽しめます。気軽に担当の髙田まで問い合わせください。