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

2024年3月

曜日	月	火	水	木	金	土
日にち	講座の時間 午前：10時～11時半 （ただしスリーA、手話、転倒予防体操、歌の会は10時半スタート） 午後：1時半～4時				1	2
午前 1					スリーA（10：30～）	歌の会
午前 2						
午後 1					やさしい体操	夏みかん収穫祭
午後 2						
日にち	4	5	6	7	8	9
午前 1		書道	絵手紙	転倒予防体操	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	パステル&ぬり絵	生け花教室	絵手紙	手芸	骨密講座	初心者囲碁クラブ
午後 2	健康麻雀	パソコン	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	11	12	13	14	15	16
午前 1	スリーA（10：30～）	書道	絵手紙	転倒予防体操	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	絵手紙	手芸	やさしい体操	初心者囲碁クラブ
午後 2	健康麻雀	初心者スマホクラブ	パソコン（新井教室）	囲碁クラブ	手芸カフェ	初心者健康麻雀
日にち	18	19	20	21	22	23
午前 1	手描き型染め	書道	ちょこボラクラブ	転倒予防体操	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	
午後 1	パステル&ぬり絵	遊印	ウクレレの集い	手芸	脳トレ	初心者囲碁クラブ
午後 2	健康麻雀	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	25	26	27	28	29	30
午前 1	スリーA（10：30～）	書道	遊印	転倒予防体操		
午前 2				初心者健康麻雀		
午後 1	水墨画	スマホクラブ	俳句クラブ	手芸	歌の集い	ボランティア懇親会
午後 2	健康麻雀		パソコン（新井教室）	囲碁クラブ		

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。シニア世代こそZoomを上手に活用しましょう。興味のある方は担当の髙田まで