

11月

	日	月	火	水	木	金	土
デイ		1 ウォーキング	2 太極拳 ○華クラフ	3 ○初級者B'Yコン教室	4 ○ロコトレ	5 ○リラクセーション 漢字に親しむ	6 (シン・科学クラフ)
ナイト		ボランティア 創作プログラム	○ピース/○筋トシ ○マージャン 創作プログラム	○華クラフ/油絵 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門	○Tシャツアート 楽器で遊ぼう 楽器を楽しむ	○女性限定I'ササキ 壁新聞作り/油絵 油絵を描こう/ デッサン入門	ドラマTV /油絵 油絵を描こう/ デッサン入門
デイ	7 ○華クラフ アニマルTV 園芸	8 将棋教室 ウォーキング ○ストレッチ 食器棚の清掃	9 ○華クラフ ○ポウリング ぬりえ	10 新生活様式 ○華クラフ/油絵 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門	11 ○マージャン ○ピース(上級) ○ビリヤード&ダーツ 楽器で遊ぼう	12 ○筋トシ ○女性限定I'ササキ /油絵(羽)	13 おかしたのし(5F) ○コラージュ
ナイト	創作プログラム	創作プログラム	創作プログラム	創作プログラム	楽器を楽しむ	油絵を描こう/ デッサン入門	油絵を描こう/ デッサン入門
デイ	14 ○華クラフ ○お茶クラフ/園芸 ○マージャン/油絵(羽)	15 ウォーキング 加湿器の清掃	16 太極拳 ○華クラフ ○ピース ○筋トシ	17 ○初級者B'Yコン教室 ○華クラフ/油絵(羽) 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門	18 ○ロコトレ ○マージャン ぬりえ ひばりの会	19 ○リラクセーション ○手芸(フロック) ○Let'sフィッシング ボランティア/油絵(羽)	20 楽器にふれよう (シン・科学クラフ)
ナイト	油絵を描こう/ デッサン入門	カラオケ(仮)	創作プログラム	創作プログラム	楽器を楽しむ	油絵を描こう/ デッサン入門	○あるあるワーク ドラマTV/油絵(羽) 油絵を描こう/ デッサン入門
デイ	21 ○華クラフ ○ストレッチ/園芸 ○マージャン	22 将棋教室/ウォーキング ○生活習慣病予防教室B1 ○Tシャツアート おかしたのし(B1)	23 カラオケ(仮) ○華クラフ ○手芸(デコ) 新生活様式	24 ○ロコトレ ねんどあーと ○華クラフ/油絵(羽) 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門	25 ○筋トシ ○ピース(上級) ○切り絵/食器棚の清掃 楽器で遊ぼう	26 ○筋トシ ○アートレイアウト ○女性限定I'ササキ 壁新聞作り/油絵(羽)	27 ぬりえK
ナイト	創作プログラム	創作プログラム	創作プログラム	創作プログラム	楽器を楽しむ	油絵を描こう/ デッサン入門	ドラマTV/油絵(羽) ○しあわせ生活研究所 油絵を描こう/ デッサン入門
デイ	28 ○華クラフ アニマルTV/園芸 ○マージャン/油絵(羽)	29 将棋教室 ウォーキング 手話 かんたん呼吸法 カラオケ(仮) ピアノライブ	30 太極拳 ○華クラフ ○ポウリング ○レザークラフト				
ナイト	油絵を描こう/ デッサン入門	創作プログラム	創作プログラム				

やむを得ずプログラムを変更することがあります。掲示板をご確認下さい。
○マークのプログラムは1週間前の連絡会終了後に募集掲示をします。