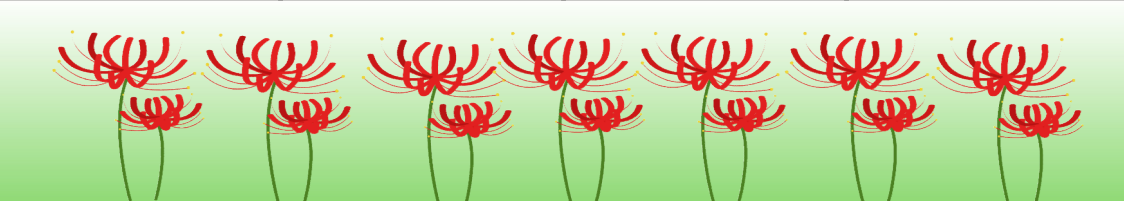


9月

	日	月	火	水	木	金	土
デイ		1 ロコトレ 将棋大会 ○ボウリング ○Tシャツアート	2 ○SST ○華クラブ ○ビーズ ○マインドフルネス(呼吸)	3 ○座ってうんどう ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽)	4 漢字に親しむ 壁新聞作り 楽器で遊ぼう 楽器を楽しむ	5 ○パソコン教室 リラクゼーション ○女性限定エクササイズ 油絵・デッサン(羽)	6 シン・科学クラブ ○ストマネ 油絵・デッサン(羽)
ナイト		カラオケ	創作プログラム	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
デイ	7 ○華クラブ 園芸 ○お茶クラブ	8 ボランティア 将棋教室 ○ビーズ(上級) ○すこやかサロン	9 ○LIFE ○華クラブ ○手芸(デコ) パスタタイム	10 ○座ってうんどう ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン	11 ○ロコトレ ○Tシャツアート/楽器で遊ぼう ○パッチング	12 ぬりえ 空気清浄機の清掃 ○マインドフルネス(ヨガ)	13 コラージュ ○ストマネ
ナイト	創作プログラム	カラオケ	○マインドフルネス(呼吸)	油絵を描こう・ デッサン入門	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 ○華クラブ 園芸 油絵・デッサン(羽)	15 ○ストレッチ パスタタイム ○切り絵 ○メタ認知トレーニング	16 ○卓球 ○華クラブ ○ビーズ/食器棚の清掃 ○生活習慣病予防教室	17 ロコトレ パスタタイム ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽)	18 ○マインドフルネス(ヨガ) ブロック大会 ○ペーパーキリング 楽器で遊ぼう	19 ぬりえK/○パソコン教室 ○マインドフルネス(呼吸) ○女性限定エクササイズ 油絵・デッサン(羽)	20 シン・科学クラブ 楽器にふれよう あるあるワーク 油絵・デッサン(羽)
ナイト	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	カラオケ	創作プログラム	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	楽器を楽しむ	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
デイ	21 ○華クラブ 園芸 ○座ってうんどう	22 ○SST 将棋教室 映画/○すこやかサロン ○ボウリング大会	23 ロコトレ ○華クラブ 壁新聞作り ○ストレッチ	24 ○マイペの会 ○マインドフルネス(ヨガ) ○華クラブ/○セルフケア 油絵・デッサン(羽)	25 おかし科(早松) 脳トレ ○手芸(苔)/○荒川体育館 楽器で遊ぼう	26 ねんどあーと おかし科(徳渡) ○女性限定エクササイズ 油絵・デッサン(羽)	27 ○ビーズ(上級) ○しあわせ生活研究所 油絵・デッサン(羽)
ナイト	カラオケ	創作プログラム	カラオケ	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	楽器を楽しむ	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
デイ	28 ○華クラブ 園芸 油絵・デッサン(羽)	29 ボランティア 将棋教室/○卓球 ○ティールーム ○メタ認知トレーニング	30 パスタタイム ○華クラブ ○レザークラフト				
ナイト	油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	○マインドフルネス(呼吸)	ピアノライブ				

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。

as of 2025/8/31 8:24