



<お知らせ> 5階入口廊下の展示スペース『企画ギャラリー05F』では、
10月に『 E. K 展 』を開催します。是非、見に来て下さい。

	日	月	火	水	木	金	土
デイ				1 ○マインドフルネス(呼吸) ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	2 加湿器の清掃 ○ビーズ上級 楽器で遊ぼう 楽器を楽しむ	3 ○パソコン教室 ○リラクゼーション 油絵(羽)/○ボウリング ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	4 シン・科学クラブ バスタイム/○ストマネ 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
ナイト							
デイ	5 ○華クラブ 園芸 ○座ってうんどう	6 ○ウォーキング 将棋教室 ○手芸(デコ) ○メタ認知トレーニング	7 ○華クラブ ○生活習慣病予防教室 ○ビーズ	8 ○マインドフルネス(ヨガ) ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン 油絵を描こう・ デッサン入門	9 壁新聞作り ○ロコトレ ○Tシャツアート ○荒川体育館/楽器で遊ぼう	10 ○SST ぬりえ ○マインドフルネス(呼吸) 油絵・デッサン 油絵を描こう・ デッサン入門	11 コラージュ 楽器にふれよう バスタイム/○ストマネ 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門
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	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	12 ○華クラブ 園芸/○お茶クラブ 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	13 ストレッチ 将棋大会 ○Tシャツアート/○卓球 ○ペーパークイリング	14 ○LIFE ○華クラブ ○レザークラフト ○セルフケア	15 バスタイム ボランティア ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	16 ○漢字に親しむ ○ロコトレ ○パッティングセンター 映画/楽器で遊ぼう	17 ○リラクゼーション 油絵(羽)/○ブロックス大会 ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	18 シン・科学クラブ 油絵・デッサン(羽) あるあるワーク 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
ナイト	カラオケ	カラオケ	創作プログラム	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	19 ○華クラブ 園芸 ○マインドフルネス(呼吸)	20 ○ウォーキング 将棋教室 ○切り絵/映画 ○メタ認知トレーニング	21 ○華クラブ ○ボウリング大会 ○ビーズ	22 ○マインドフルネス(ヨガ) ○セルフケア ○華クラブ/ストレッチ 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	23 ○脳トレ ○ロコトレ ○ティールーム 楽器で遊ぼう	24 おかし科(早松) ボランティア 油絵(羽)/食器棚の清掃 ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	25 ○座ってうんどう 油絵・デッサン(羽) ○しあわせ生活研究所 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)
ナイト	カラオケ	○SST	ピアノライブ	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	26 ○華クラブ 園芸 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	27 ○座ってうんどう 将棋教室 ○推しトーク ○すこやかサロン	28 リラクゼーション ○華クラブ 秋のイベント	29 ○卓球 ねんどあーと ○華クラブ/楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽) 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	30 バスタイム ○ロコトレ ○ビーズ上級/○手芸(苔) 楽器で遊ぼう	31 おかし科(徳渡)/ぬりえK ○リラクゼーション 油絵(羽)/壁新聞作り ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう・ デッサン入門(羽)	
ナイト	カラオケ	○マインドフルネス(呼吸)	カラオケ	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	

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 2025/9/25 9:38