



	日	月	火	水	木	金	土	
デイ	七夕 たなばた		1 おかし科(早松) ○華クラブ/ブロック教室 油絵(羽)/楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)		2 壁新聞作り ○ココロレ ○ビーズ(上級)/ぬりえ ○楽器で遊ぼう ○楽器を楽しむ	3 リラクゼーション 油絵・デッサン(羽) ○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 油絵・デッサン(羽) ○ストマネ 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	
ナイト	5 ○Let's Do Fitness ○華クラブ パスタタイム 園芸 カラオケ		6 将棋教室 ○卓球 ○手芸(デコ) ○メタ認知トレーニング 創作プログラム	7 ○座ってうんどう ○華クラブ ○生活習慣病予防教室 ○ビーズ ○アンニョンKorea	8 ○マインドフルネス(ヨガ) ○華クラブ/油絵 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門	9 ○切り絵 ○ゆるスポーツ ○楽器で遊ぼう ○楽器を楽しむ	10 ○パソコン教室 油絵・デッサン ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう/ デッサン入門	11 コラージュ 油絵・デッサン ○ストマネ 油絵を描こう/ デッサン入門
デイ	12 ○Let's Do Fitness ○華クラブ 油絵・デッサン(羽) 園芸 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	13 将棋教室 OSST ○ボウリング 空気清浄機の清掃 カラオケ	14 ○LIFE ○華クラブ ○ペーパークイリング ○ストレッチ ○Hello English	15 パスタタイム ○マインドフルネス(ヨガ) ○華クラブ/ブロック大会 油絵(羽)/楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	16 漢字に親しむ ○ココロレ ○Tシャツアート ○楽器で遊ぼう ○楽器を楽しむ	17 ○パソコン教室 リラクゼーション 油絵・デッサン(羽) ○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 楽器にふれよう 油絵・デッサン(羽) 食器棚の清掃 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	
ナイト	19 ○華クラブ 園芸 ○お茶クラブ カラオケ	20 将棋大会 ○卓球 ○Tシャツアート ○メタ認知トレーニング 創作プログラム	21 ○座ってうんどう ○華クラブ OSST 映画/○ビーズ ○アンニョンKorea	22 ○セルフケア 油絵・デッサン(羽) 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	23 脳トレ ○ココロレ ○パッチングセンター ○ティールーム/○楽器遊ぼう ○楽器を楽しむ	24 おかし科(徳渡) ボランティア 油絵・デッサン(羽) ○女性限定エクササイズ 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	25 パスタタイム 手話 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)	
デイ	26 ○Let's Do Fitness 油絵・デッサン(羽) 園芸/○ストレッチ 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	27 将棋教室 壁新聞作り ○ボウリング大会 ○すこやかサロン カラオケ	28 リラクゼーション ○レザークラフト ○Hello English ピアノライブ	29 ねんどあーと 油絵・デッサン(羽) 楽器にふれよう 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)	30 ○座ってうんどう ○ビーズ(上級) ○楽器で遊ぼう ○楽器を楽しむ	31 ぬりえK 油絵・デッサン(羽) ○マインドフルネス(呼吸) 油絵を描こう/ デッサン入門(羽)		
ナイト								

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。