

# 令和5年8月 カレンダー

# 三原台敬老館

日	月	火ノカラオケデイ	水	木	金	土
<p>◆ご利用の際は次のことをご協力ください◆</p> <p>①手洗い、手指消毒。 ②30分に1回、部屋の換気。 ③お飲み物をご持参ください。</p> <p>●団体受付は毎月1日 9:30~</p>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
		川柳道場 10時~11時30分	シニア・ヨガ 10時~11時	骨盤ストレッチ 10時~11時	健康いきいき体操 10時~11時15分	もの作り交流会 10時~11時30分
		マイ・フィットネス 13時30分~ 14時30分	知って得する スマホ教室 14時~16時	【都】スマホ相談会 9時30分~12時30分		三原台ポッチャーズ 13時30分~ 14時30分
			カラオケ 13時~16時30分	団体利用のない場合カラオケ(13時~16時30分)になります	カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分
	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
休館	にこやか体操 10時~10時45分	骨盤ストレッチ 10時~11時	フラダンスクラブ 10時~11時	水彩色えんぴつ クラブ 10時~11時30分 13時30分~15時	山の日	健康いきいき体操 10時~11時15分
	eスポーツ 13時30分~14時		おりがみ広場 10時~11時30分 13時30分~15時	団体利用のない場合カラオケ(13時~16時30分)になります		
	カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分			カラオケ 13時~16時30分
	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時		囲碁・将棋 13時~17時
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
休館	にこやか体操 10時~10時45分	合唱カラオケ横丁 10時~11時	シニア・ヨガ 10時~11時	フレイル予防 オンライン講座 14時30分~ 15時30分	骨盤 ストレッチ 10時~11時	健康いきいき体操 10時~11時15分
	シニア・ヨガ 10時~11時			団体利用のない場合カラオケ(13時~16時30分)になります	【区】スマホ教室 10時~12時	
	eスポーツ 13時30分~14時		カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分
	カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分
囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
休館	にこやか体操& 健康相談 10時~10時45分	骨盤ストレッチ 10時~11時	フラダンスクラブ 10時~11時	健康いきいき体操 10時~11時15分	【区】スマホ教室 10時~12時	
	eスポーツ 13時30分~14時	書道 10時~11時30分		団体利用のない場合カラオケ(13時~16時30分)になります		三原台ポッチャーズ 13時30分~ 14時30分
	カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分	カラオケ 13時~16時30分
	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<p>9月の事業申込</p> <p>◆【申込み期間】 8月21日(月)~8月25日(金)</p> <p>◆【抽選発表】8月28日(月) ※抽選確認の際には控えをお持ちください。</p>	
休館	にこやか体操 10時~10時45分	つくってみよう 10時~11時30分 13時30分~15時				
	eスポーツ 13時30分~14時		【館】スマホ相談会 13時~15時30分	団体利用のない場合カラオケ(13時~16時30分)になります		
	カラオケ 13時~16時30分		カラオケ 13時~16時30分			
囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時	囲碁・将棋 13時~17時		