

日		月	火 ノーカラオケデイ	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
休館	午前	8月の事業申込 について 【先着申込日】 7月22日(火) 9:00~ 電話受付は 13:00~	合唱 カラオケ横丁	シニア・ヨガ	コア・ エクササイズ	健康 いきいき体操	三原台 ボッチャーズ
				おり紙広場			
	午後			知って得する スマホ教室	レクダンス		
			カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
6		7	8	9	10	11	12
休館	午前	にこやか体操	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	ねりま ゆるらく体操	水彩色えんぴつ クラブ	小さな映画会
		脳トレ 笑タイム					
	午後					水彩色えんぴつ クラブ	
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
13		14	15	16	17	18	19
休館	午前	にこやか体操 & 健康相談	わくわく絵本	シニア・ヨガ	レクダンス	書道	健康 いきいき体操
				おり紙広場			
	午後						
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
20		21	22	23	24	25	26
休館	午前	 休館	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	コア・ エクササイズ	おり紙広場	合唱カラオケ横丁 ~リクエストday~
				ゲーム にトライ			
	午後						
			カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
27		28	29	30	31	◆ご利用の際は 次のことをご協力ください◆ ①手洗い、手指消毒。 ②30分に1回、部屋の換気。 ③お飲み物はご持参ください。 ●団体受付は毎月1日 9:30~ ●囲碁将棋は営業日の 13:00~17:00 	
休館	午前	にこやか体操	【館】スマホ 相談会	わくわく カレンダー	ねりま ゆるらく体操		
							
	午後						
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋		