

# JA健康長寿倶楽部

令和3年

☎ 0120-64-1165

**※ 送迎車の運行を中止します**

感染症予防のため、当面の間、送迎車の運行を中止致します。  
ご了承くださいませ。

☎ 03-6303-5441

毎週水曜日定休

# 2月

感染症予防を徹底し、特別プログラムにて講座を再開致します



|   | 1日(月)  | 2日(火)  | 3日(水)   | 4日(木)  | 5日(金)  | 6日(土)  |
|---|--|--|---------|--|--|--|
|   | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名   | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 | 定休日<br> | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 |
|   |  |  |         |  |  |  |
| 7日(日)   | 8日(月)  | 9日(火)  | 10日(水)  | 11日(木) 建国記念日   | 12日(金)   | 13日(土)   |
| ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名  | ①10:00~/②13:00~<br>からだ年齢測定会<br>握力・背筋力等6つの測定器で身体年齢をチェックできます   | 初級:10:00~11:00<br>中級:11:00~12:00<br>オカリナ教室(1階)<br>定員 新規参加お申し込みは必ずご連絡ください<br>5名 | 定休日     | 10:00~11:00<br>太極拳<br>定員 中国武術の太極拳をはじめてみませんか?<br>8名                             | 10:00~11:00<br>紫ともさんのしなやかレッスン<br>定員 元宝塚娘役講師によるストレッチ教室<br>8名                    | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 |
|   |  | ①9:30~10:30<br>②11:00~12:00<br>ペン習字<br>定員 きれいな文字を基礎から学べます!<br>8名               |         |  |  |  |
| 14日(日)  | 15日(月)   | 16日(火)   | 17日(水)  | 18日(木)   | 19日(金)   | 20日(土)   |
| 10:00~12:00<br>お楽しみ映画観賞会<br>定員 上映作品は当日までのお楽しみです<br>10名  | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名   | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 | 定休日     | 10:00~11:00<br>スポーツフィットネス★ボクササイズ<br>定員 講師:JA職員藤澤 男女問わず楽しめます<br>6名              | 10:00~11:00<br>健康和太鼓教室(倉持先生)<br>定員 倉持先生による和太鼓指導の日です<br>6名                      | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 |
|   |  |  |         |  | 13:00~14:00<br>健康和太鼓教室(倉持先生)<br>定員 倉持先生による和太鼓指導の日です<br>6名                      |  |
| 21日(日)  | 22日(月)   | 23日(火) 天皇誕生日   | 24日(水)  | 25日(木)   | 26日(金)   | 27日(土)   |
| 10:00~12:00<br>フラワーアレンジメント教室<br>定員 <b>有料</b> (材料費がかかります)<br>6名  | 10:00~12:00<br>フラワーアレンジメント教室<br>定員 <b>有料</b> (材料費がかかります)<br>6名   | 初級:10:00~11:00<br>中級:11:00~12:00<br>オカリナ教室(1階)<br>定員 新規参加お申し込みは必ずご連絡ください<br>5名 | 定休日     | ①9:30~10:30<br>②11:00~12:00<br>ペン習字<br>定員 きれいな文字を基礎から学べます!<br>8名               | 10:00~11:00<br>美ウオーク「マダムレッスン」<br>定員 ミセス日本ファイナリスト「健康的歩き方講座」<br>8名               | ①10:00~/②13:00~<br><b>特別教室</b><br>写経・写仏・塗り絵・脳トレ<br>定員 心を落ち着かせ自分と向き合う時間です<br>5名 |
|   | 13:00~14:00<br>写真教室「撮影テクニックを学ぼう」<br>定員 プロの写真家が写真撮影のテクニックを伝授!<br>5名   |  |         |  |  |  |
| 28日(日)  | <div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p><b>全ての講座は事前予約制です。</b><br/><b>必ずお電話にてご予約をお願い致します。</b><br/><b>※ご予約のない会員様はご入館をお断りいたします。</b></p> </div> |  |         |  |  |  |
| 10:00~12:00<br>お楽しみ映画観賞会<br>定員 上映作品は当日までのお楽しみです<br>10名  |  |  |         |  |  |  |
|   |  |  |         |  |  |  |
| <p>感染予防対策が整った講座から順次再開致します。飛沫の飛散・体の接触・1m以上の距離を保てない講座につきましては当面休止致します。JA健康長寿倶楽部では、ウイルスの感染拡大防止の対策として、以下の取り組みを行っております。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.施設内アルコール消毒の徹底</li> <li>2.手指石鹸・アルコール消毒液・うがい薬の設置</li> <li>3.カルチャールームの定期的な換気</li> </ol> <p>会員の皆様の健康と安全のため、状況を注視しながら適宜必要な措置を行ってまいります。ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解ご協力をよろしくお願い申し上げます。</p> |  |  |         |  |  |  |