

令和5年

ラジオ体操AM9:30～ 毎週土曜・映画上映日

1月



12月30日(金)～1月4日(水)この期間は  
電話・LINEでのご予約やキャンセル等  
受け付けておりません

☎0120-64-1165

営業時間: 午前9時～午後5時  
定休日: 毎週水曜日

※換気の為窓を開けております温かくしてお越しください

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日	2日 振替休日	3日	4日	5日	6日	7日
年末年始休業 12/30～1/4 	年末年始休業 12/30～1/4 	年末年始休業 12/30～1/4 	定休日	10:00～11:00 ボイストレーニング 500円/定員20名	10:00～11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名	10:00～11:00 美ウォーク& エクササイズ 500円/定員15名
8日	9日 成人の日	10日	11日	12日	13日	14日
10:00～ お楽しみ 映画観賞会 無料/定員20名	10:00～11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名	初級: 10:00～11:00 中級: 11:00～12:00 オカリナ教室 500円/定員6名	定休日	10:00～11:00 太極拳 500円/定員15名	倉持先生 健康和太鼓教室 ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 500円/定員13名	10:00～11:00 タオル体操 500円/定員20名
	13:00～14:00 特別教室(写経仏・塗り絵) 無料/定員5名			13:00～14:00 卓球教室 500円/定員15名		
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
スマホ相談会 約30分間までの 1対1相談会 質問事項をご自身 でお考え下さい。 予約の際に機種を お聞きします。	10:00～11:00 紫ともさんの しなやかレッスン 500円/定員15名	10:00～11:00 ポールウォーキング 500円/定員12名	定休日	10:00～11:00 ボクシング エクササイズ 500円/定員15名	講師: 佐藤 健康和太鼓教室 ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 500円/定員8名	10:00～11:00 簡単ストレッチ 体操 500円/定員20名
	13:00～14:00 特別教室(写経仏・塗り絵) 無料/定員5名	9:30～12:00 ペン習字2階 500円/定員10名				13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員12名
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
10:00～ お楽しみ 映画観賞会 無料/定員20名	10:00～11:00 タオル体操 500円/定員20名	初級: 10:00～11:00 中級: 11:00～12:00 オカリナ教室 500円/定員6名	定休日	10:00～11:00 健康長寿体操 500円/定員20名	倉持先生 健康和太鼓教室 ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 500円/定員13名	10:00～11:00 簡単ストレッチ 体操 500円/定員20名
	13:00～14:00 卓球教室 500円/定員15名			13:00～14:00 ボイストレーニング 500円/定員20名		13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員12名
29日	30日	31日	<p>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.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>定員人数も状況により変動がございます。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。ご理解ご協力をよろしくお願い申し上げます。</p>			
10:00～11:00 コグニサイズ 500円/定員10名	10:00～11:00 紫ともさんの 簡単バレエ 500円/定員15名	10:00～11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名				
	13:00～14:00 写真教室 無料/定員5名	9:30～12:00 ペン習字2階 500円/定員10名				



～ライン追加～  
キャンセル連絡を受け付けています。  
追加の際にフルネームを送信下さい



～インスタグラム～



～ホームページ～