令和6年

# 1月

☎0120-64-1165

営業時間：午前9時～午後5時
定休日：毎週水曜日

～ホームページ～

～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

ほっとスマホステーション とは？
スマホを初めて使う方や、ちょっとした使い方が 分からない方が気軽に相談できる場所です！いつでもご相談ください！

**ラジオ体操AM9:30～**
**毎週土曜日**

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 |
| 日曜日 | 年末年始休業<br>12/29～1/3 | 年末年始休業<br>12/29～1/3 | 定休日 | 10:00～11:00<br>ボイストレーニング<br>500円/定員20名<br>13:00～14:00<br>特別教室（写経仏・塗り絵）<br>無料/定員5名 | 10:00～11:00<br>昭和歌謡を歌いましょう<br>500円/定員20名<br>13:00～14:00<br>タオル体操<br>500円/定員20名 | 10:00～11:00<br>美ウォーク＆エクササイズ<br>500円/定員15名<br>13:00～<br>お楽しみ映画観賞会<br>無料/定員20名 |
| 7日 | 8日成人の日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 |
| 休業日 | 10:00～11:00<br>昭和歌謡を歌いましょう<br>500円/定員20名 | 初級：10:00～11:00<br>中級：11:00～12:00<br>オカリナ教室<br>500円/定員6名 | 定休日 | 10:00～11:00<br>太極拳<br>500円/定員15名<br>13:00～14:00<br>卓球教室<br>500円/定員8名 | 倉持先生<br>健康和太鼓教室<br>①10:00～11:00<br>②13:00～14:00<br>500円/定員13名 | 10:00～11:00<br>昭和歌謡を歌いましょう<br>500円/定員20名<br>13:00～<br>お楽しみ映画観賞会<br>無料/定員20名 |
| 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 |
| 休業日 | 10:00～11:00<br>健康長寿体操<br>500円/定員20名<br>13:00～14:00<br>卓球教室<br>500円/定員8名 | 10:00～11:30<br>ポールウォーキング<br>500円/定員12名<br>13:00～14:00<br>ボイストレーニング<br>500円/定員20名 | 定休日 | 10:00～11:00<br>はつらつ！健康体操<br>500円/定員15名<br>13:00～14:00<br>特別教室（写経仏・塗り絵）<br>無料/定員5名 | 10:00～11:00<br>紫ともさんのしなやかレッスン<br>500円/定員15名 | 10:00～11:00<br>簡単ストレッチ体操<br>500円/定員20名<br>13:00～16:00<br>麻雀教室<br>500円/定員20名 |
| 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 |
| 休業日 | 講師：清水<br>健康和太鼓教室<br>①10:00～11:00<br>②13:00～14:00<br>500円/定員8名 | 初級：10:00～11:00<br>中級：11:00～12:00<br>オカリナ教室<br>500円/定員6名<br>10:00～12:00<br>ペン習字2階<br>500円/定員10名 | 定休日 | 10:00～11:00<br>コグニサイズ<br>500円/定員10名<br>10:00～12:00<br>ペン習字2階<br>500円/定員10名 | 倉持先生<br>健康和太鼓教室<br>①10:00～11:00<br>②13:00～14:00<br>500円/定員13名 | 10:00～11:00<br>簡単ストレッチ体操<br>500円/定員20名<br>13:00～16:00<br>麻雀教室<br>500円/定員20名 |
| 28日 | 29日 | 30日 | 31日 | | | |
| 休業日 | 10:00～11:00<br>紫ともさんの簡単バレエ<br>500円/定員15名<br>13:00～14:00<br>写真教室<br>無料/定員5名 | 10:00～11:00<br>タオル体操<br>500円/定員20名<br>13:00～14:00<br>卓球教室<br>500円/定員8名 | 定休日 | | | |

**～卓球教室終了後の貸出～**
14:00～16:00の2時間お1人500円
教室の当日に参加人数を確定します
先生はいませんので
完全な自主練習となります。
※卓球教室参加者のみの貸出です