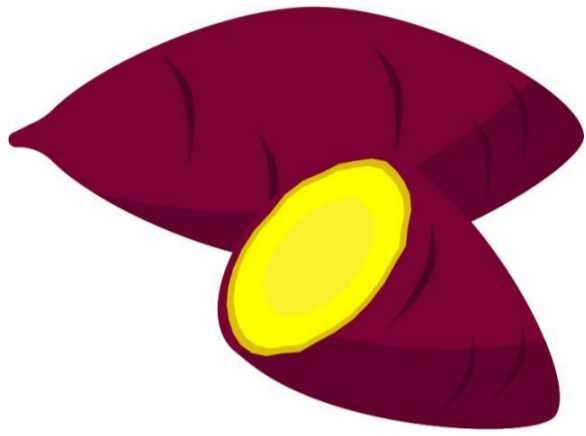
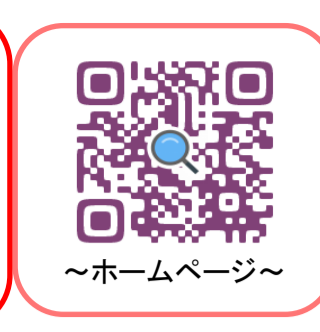


令和6年 11月

JA健康長寿倶楽部
☎0120-64-1165
↓つながらない時は↓
03-6303-5441
営業時間:午前9時~午後5時
定休日:毎週水曜日・日曜日

冬の野菜販売

11月毎週土曜日開催決定!
収穫状況でお休みの場合もあります



ラジオ体操AM9:30~
毎週土曜日

~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

〈はつらつ!健康体操〉は講師が産休に入るため、11月の開催を最後にしばらくお休みとなります。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3日 文化の日	4日 振替休日	5日	6日	7日	8日	9日 野菜販売
休業日	10:00~11:00 美ウォーク& エクササイズ 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	定休日	10:00~11:00 ボイストレーニング 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 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日 野菜販売
休業日	10:00~11:00 紫ともさんの しなやかレッスン 500円/定員15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	10:00~11:00 特別教室(写経仏・塗り絵) 無料/定員5名	13:00~16:00 麻雀教室 500円/定員20名
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日 勤労感謝の日
休業日	10:00~11:30 シニアレッスン 災害時のトイレについて 無料/25名	10:00~11:30 ポールウォーキング 500円/定員12名	定休日	10:00~11:00 はつらつ! 健康体操 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	13:00~16:00 麻雀教室 500円/定員20名
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日 野菜販売
休業日	13:00~14:00 写真教室 無料/定員5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 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20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 健康長寿体操 500円/定員20名
		13:00~14:00 卓球教室 500円/定員8名		13:00~15:00 ペン習字 500円/定員10名		