

令和7年

2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



JAKENKOCLUB
～Instagram～



～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



～ホームページ～

土曜日

1日

10:00～11:00
健康長寿体操
500円/定員20名

13:00～16:00
麻雀教室
500円/定員20名

ラジオ体操
毎週土曜日 AM9:30～

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
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	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 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8名		13:00～ お楽しみ 映画観賞会 無料/定員20名
9日	10日	11日 建国記念の日	12日	13日	14日	15日
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	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
	13:00～16:00 卓球トレーニング 500円/定員8名	13:00～15:00 ペン習字 500円/定員10名		13:00～14:00 きらきらウォーミングアップ (インナーマッスルを鍛えよう) 500円/定員15名		13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員20名
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
休業日		10:00～11:30 ポールウォーキング 500円/定員12名	定休日	10:00～ お楽しみ 映画観賞会 無料/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	
	13:00～14:00 卓球教室 500円/定員8名	13:00～14:00 ボイストレーニング 500円/定員20名			13:00～14:00 卓球教室 500円/定員8名	13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員20名
23日 天皇誕生日	24日 振替休日	25日	26日	27日	28日	
休業日	10:00～11:00 健康長寿体操 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 昭和歌謡を 歌いましょう 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	
	13:00～14:00 写真教室 無料/定員5名	13:00～14:00 コグニサイズ 500円/定員10名		13:00～15:00 ペン習字 500円/定員10名		

～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

