

平成23年10月「杜のひろば」カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1 10:30 フリーマーケット
2	3	4	5	6	7	8
	10:30 脳力はつらつ 13:30 みんなで踊ろう 15:00 お話を聞く会	10:30 お一人様講座 13:00 健康マージャン 13:00 囲碁を楽しみましょう	10:30 書道教室 10:30 癒しのマッサージ 11:00 みんなで歌おう 12:00 楽しい食事会(大岩) 13:00 太極拳 15:00 お話を聞く会	10:30 ハンドコミュニケーション 10:30 手編み 13:00 卓球でいい汗流しませんか 13:00 楽しく若返る体操 15:00 ホールダンス	10:30 ノルディックウォーク 10:30 パッチワーク 13:00 ロコモ体操 15:00 三役会	10:30 絵の教室 10:30 フラダンス 13:00 健康マージャン
	10:30 初級ワード(阪口) 13:00 老荘大学パソコン(阪口) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 入門ワード(森田) 13:00 初級ワード(及川) 15:00 初級エクセル(若西)	10:30 初級ワード(桜井) 13:00 超ゆっくりワード(山崎) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(齊藤) 13:00 中級ワード(齊藤) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 デジカメ(藤田) 13:00 初級エクセル(森田) 15:00 中級ワード(小林)	
9	10	11	12	13	14	15
	体育の日祝日 	10:30 脳力火曜日 13:00 語ろう会 	10:30 生け花を楽しみましょう 10:30 スイーツサロン(奥平) (リンゴケーキ) 12:00 杜ひろ準備 13:30 太極拳 15:00 お話を聞く会	10:15 杜ひろランド 13:30 お元気隊 	10:30 かんたん洋裁 13:00 映画鑑賞会 	10:30 習字教室 13:00 成年後見勉強会 オープン講座(平井照枝氏) 「あなたの望む介護サービス」 10:30 デジカメ(藤田)
		10:30 入門ワード(森田) 13:00 入門ワード(及川) 15:00 初級エクセル(及川)	10:30 中級ワード(河上) 13:00 超ゆっくりワード(山崎) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(齊藤) 13:00 中級ワード(齊藤) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(阪口) 13:00 初級エクセル(森田) 15:00 中級ワード(小林)	
16	17	18	19	20	21	22
	10:30 脳力ぬりえ 10:30 脳力はつらつ第2 13:30 みんなで踊ろう 15:00 お話を聞く会	10:30 出前講座 (高齢者の暮らしと住まいについて) *カーム入船施設長に聞く 13:00 囲碁を楽しみましょう 13:00 楽しく若返る体操	10:30 書道教室 10:30 手編み 13:00 太極拳 15:00 お話を聞く会	10:30 ハンドコミュニケーション 10:30 雑学コーナー 13:00 卓球でいい汗流しませんか 15:00 ホールダンス 15:00 事務局会議(お便り次月)	10:30 着物を楽しむ 10:30 ノルディックウォーク 10:30 パッチワーク 13:00 ロコモ体操 15:00 お便り発行作業	10:30 絵の教室 10:30 フラダンス 13:00 囲碁を楽しみましょう 13:00 ひだまり
	10:30 初級ワード(阪口) 13:00 老荘大学パソコン(阪口) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 入門ワード(森田) 13:00 初級ワード(及川) 15:00 初級エクセル(若西)	10:30 初級ワード(桜井) 13:00 超ゆっくりワード(山崎) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(齊藤) 13:00 中級ワード(齊藤) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 デジカメ(藤田) 13:00 初級エクセル(森田) 15:00 中級ワード(小林)	10:30 家庭生活相談
23	24	25	26	27	28	29
	10:30 脳力はつらつ 10:30 ちぎり絵 13:30 みんなで踊ろう 15:00 お話を聞く会	10:30 脳力火曜日 13:00 語ろう会 14:00 マネー相談	10:30 生け花を楽しみましょう 10:30 手作りビーズ 13:00 葬送を考える会 15:00 お話を聞く会	10:30 楽しく若返る体操 13:00 太極拳 	10:30 かんたん洋裁 10:30 暮らしの講座 (サザエさん家の相続3) 13:00 映画鑑賞会	10:30 習字教室 12:00 ポイント食事会(大岩) 13:00 囲碁を楽しみましょう 13:00 ひだまり
	10:30 初級ワード(阪口) 13:00 老荘大学パソコン(阪口) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 入門ワード(森田) 13:00 入門ワード(及川) 15:00 初級エクセル(及川)	10:30 中級ワード(河上) 13:00 超ゆっくりワード(山崎) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(齊藤) 13:00 中級ワード(齊藤) 15:00 中級ワード(村津)	10:30 中級ワード(阪口) 13:00 エクセル(森田) 15:00 中級ワード(小林)	10:30 デジカメ(藤田)
30	31					
	10:30 脳力ぬりえ 10:30 脳力はつらつ第2 13:30 みんなで踊ろう 15:00 お話を聞く会	生け花を楽しむ (大船昭子さん) 月に2回開催しています。 庭に咲いている花など自由にお持ちください。花バサミはご用意ください。受講料は400円です。 お部屋にちょっとしたお花を飾りま	楽しく若返る体操 (山崎恵美子さん) 月3回、ゆっくりとした体操を中心に体を慣らしていきます。椅子に座った動作が多いので無理なくできます。 受講生がもう少し増えて欲しいと	DVD映画茶話会 (佐藤豊彦さん) 第2・第4金曜日午後開催しています。毎回選りすぐった名作ですので、ぜひたくさんの方に参加して頂きたいです。 ポイント券も使えます。	ノルディックウォーキング (福島令子さん・多田光義さん) 2本のポールを使い、1時間ほど外を歩きます。保健所の出前講座から始まりましたので、多田光義先生が指導してくださっています。歩くことは大切です。	今月の献立 5日 楽しい食事 野菜けんちん汁・魚フライ・サラダ 12日 スイーツサロン ふわふわリンゴケーキ 29日 ポイント食事会 未定
	10:30 初級ワード(阪口) 13:00 老荘大学パソコン(阪口) 15:00 中級ワード(村津)					