

日	月	火	水	木	金	土
				1 午前10:30~11:30 ヨガ教室	2 午前10:30~11:30 うたごえの集い	3 午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
	4 午後13:45~14:45 カラオケサロン	5 午前10:00~11:00 筋膜リリース	6 午前10:00~11:00 脳トレ教室	7	8 午前10:30~11:30 ヨガ教室	9
	午後13:45~14:45 フラワー アレンジメント教室	午後14:00~15:00 健康体操		午後14:00~16:00 歌の教室 ステージアップ		午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
11 午後15:00~17:00 囲碁教室	12 午前10:00~11:00 筋膜リリース	13 午前10:00~11:00 手芸クラブ	14 ホワイトデー HAPPY WHITE DAY!	15 午前10:30~11:30 ヨガ教室	16 午前10:30~11:30 うたごえの集い	17 午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
	午後14:00~15:00 書道教室					
18	19 午前9:30~13:00 定期清掃	20 午前10:00~11:00 脳トレ教室	21 春分の日	22 午前10:30~11:30 ヨガ教室	23 午前10:30~11:30 うたごえの集い	24 午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
午後13:45~14:45 カラオケサロン	午後13:45~14:45 フラワー アレンジメント教室	午後14:00~15:00 健康体操		午後14:00~16:00 歌の教室 ステージアップ		午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
25 午後13:45~14:45 カラオケサロン	26 午前10:00~11:00 筋膜リリース	27 午前10:00~11:00 手芸クラブ	28	29 午前10:30~11:30 ヨガ教室	30 午前10:30~11:30 うたごえの集い	31 午後14:00~15:00 椅子ストレッチ
午後15:00~17:00 囲碁教室	午後14:00~15:00 書道教室					
						

場所：1階食堂

フラワーアレンジメント教室

:参加費1,620円

書道教室

:参加費300円(道具レンタル代:200円)
※道具をレンタルされる方は、講師の方へ直接
申し込み・お支払いください。

脳トレ教室

:参加費300円(教材代:500円)
※教材代は教室参加時、講師の方へ直接
お支払いいただきます。

手芸クラブ

:参加費300円(材料費は素材により変更となります)
※材料費は教室参加時、講師の方へ直接
お支払いいただきます。

その他、教室

:参加費300円

