

5月分 作野福祉センターサロン等予定表

月	火	水	木	金	土	日
1	2 9:00～ 部屋受付 9:00～11:30 卓球サロン おそとde体操(ラジオ体操)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 10:00～11:30 折り紙サロン	7 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
	8	9 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	10 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	11 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 13:30～15:00 ふくふくサロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	12  ハートン	13
おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度						
15	16 9:00～11:30 卓球サロン	17	18 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	19	20 10:00～11:30 折り紙サロン	21 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
	おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度					
22	23 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	24 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	25 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	26 10:00～16:00 香りの湯	27 10:00～11:30 脳トレサロン	28 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
	おそとde体操(ラジオ体操)毎週火曜～金曜日 午前9時30分から10分程度					
29	30 9:00～11:30 卓球サロン おそとde体操(ラジオ体操)	31	<p>事前申し込みは不要です。 お好きなサロンに参加いただけます。 お問い合わせは ☎ 72-7570 まで。</p>			

※香りの湯・・・毎月第4金曜日は至福のお風呂が楽しめます

※すっきり・しゃっきり健康教室・・・立って行う体操(75歳以上)午後2時～2時45分、(60歳～74歳)午後3時15分～4時