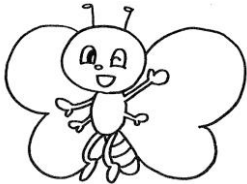


11月分 作野福祉センターサロン等予定表

月	火	水	木	金	土	日
		1 9:00～ 部屋受付 13:30～15:00 ボールでエクササイズ	2 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	3 (祝)	4 10:00～11:30 折り紙サロン	5 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
6	7 9:00～11:30 卓球サロン	8 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	9 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	10 13:30～15:00 ふくふくサロン	11  ハートン	12 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
13	14 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	15 13:30～15:00 ボールでエクササイズ	16 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	17	18 10:00～11:30 折り紙サロン	19 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
20	21 9:00～11:30 卓球サロン	22 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 体ゆるゆるサロン	23 (祝) 9:00～11:30 健康麻雀サロン	24 10:00～15:00 香りの湯	25 10:00～11:30 脳トレサロン	26 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
27	28 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノ	29	30 9:00～11:30 健康麻雀サロン	毎週火～金曜日、午前9時30分からエントランスで ラジオ体操をしています。ご参加お待ちしております。 事前申込みは不要です。お好きなサロンに参加いただけます。 【詳しくは作野福祉センター ☎ 72-7570 まで】		

※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