

4月	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
		1	2	3	4	5	6
教養文化 会議室 (PCコーナー) 機能訓練室 大広間		休館日	シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00	かくしゃく華道 9:30~11:30 かくしゃく書道 9:30~11:30 かくしゃく茶道 9:30~11:30	シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00		講座受付 9:00開始! シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00
	7	8	9	10	11	12	13
教養文化 会議室 (PCコーナー) 機能訓練室 大広間	講座 スタート	休館日	シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00		シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00		シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00
	14	15	16	17	18	19	20
教養文化 会議室 (PCコーナー) 機能訓練室 大広間	★椅子に座って タップステップ 13:30~14:30 ★シセイカルテ教室 10:00~11:30 (初級90分)	休館日	★ズンバ 10:30~11:30 シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00	笑道①・② ①13:00~14:00 ②14:10~15:10 ※初回はおためし講座のため無料で体験できます かくしゃく華道 9:30~11:30 かくしゃく書道 9:30~11:30 はじめてPC③ 14:00~15:30 かくしゃく茶道 9:30~11:30	★リラックスヨガ 10:15~11:05 シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00 ②13:00~15:00 おしゃべりしながら手芸の広場 10:30~(入退室自由)	ロコモプラ 12:00~12:45 ★フラダンス 13:00~14:00 ★思い出リング 14:30~15:30 ぬり絵広場 10:00~11:00	シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00
	21	22	23	24	25	26	27
教養文化 会議室 (PCコーナー) 機能訓練室 大広間	★イスラエル フォークダンス 9:30~11:00 ノスタルジー 映画上映会 13:30~15:05	休館日	シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00	★飯作さん エアロビクス① 11:25~11:55 はじめてPC④ 14:00~15:30	★飯作さん エアロビクス② 12:00~12:30 シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00 ②13:00~15:00 ★ミニボール エクササイズ 10:50~11:20	★スローエアロビ 11:00~11:50 ぬり絵広場 10:00~11:00	★足指トレーニング 10:30~11:30 enjoy卓球 13:00~16:30 シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00
	28	29	30	★マークのついている講座は講座開始後の入室はご遠慮ください ←色付きの講座は有料講座(100円)になります ※お問い合わせは4/2以降仲町ふれあい館まで ☎03-3958-0163			
教養文化 会議室 (PCコーナー) 機能訓練室 大広間	★シセイカルテ教室 10:00~11:00	休館日	仲町!卓球教室 10:00~12:00 シニアのスマートフォン相談会 ①10:00~12:00				