


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 9:00～ 部屋受付 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 ポ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 (祝)	5 (祝)
6	7 9:00～11:30 卓球サロン	8 10:00～11:30 太鼓サロン(講師あり)	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 9:30～10:30 体ゆるゆるサロン 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 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 ポ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(講師あり)	23 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	24 9:30～10:30 体ゆるゆるサロン 10:00～16:00 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 10:00～11:30 太鼓サロン	30 9:00～11:30 健康麻雀サロン	31	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】	

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。

※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