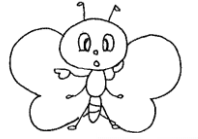



10月分 作野福祉センターサロン等予定表

月	火	水	木	金	土	日
	1 9:00～ 部屋受付 9:00～11:30 卓球サロン	2 10:00～11:30 太鼓サロン 10:00～11:30 ポッチャサロン 13:30～15:00 ボールでエクササイズ	3 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	4	5 10:00～11:30 折り紙サロン	6 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
7	8 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノサロン	9 10:00～11:30 太鼓サロン	10 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	11 9:30～10:30 体ゆるゆるサロン 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。	12  ハートン	13 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
14	15 (祝) 9:00～11:30 卓球サロン	16 10:00～11:30 太鼓サロン 10:00～11:30 ポッチャサロン 13:30～15:00 ボールでエクササイズ	17 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	18	19 10:00～11:30 折り紙サロン	20 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
21	22 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノサロン	23 10:00～11:30 太鼓サロン	24 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	25 10:00～15:00 香りの湯	26 10:00～11:30 脳トレサロン	27 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
28	29 9:00～11:30 卓球サロン	30 10:00～11:30 太鼓サロン	31 9:00～11:30 健康麻雀サロン	<p>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】</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