

10月（^{かなづき}神無月） 月間予定



八戸の里老人センター ☎06-6724-6220

日付	曜日	教室 & クラブ			その他
		《 午前 》	《 午後 》	《 午後 》	
1	水	カラオケ(水)	カラオケ(水)		
2	木	社交ダンス(午前)	社交ダンス(午後)	手芸	
3	金		茶道	詩吟	
4	土	民謡	きり絵		
5	日				
6	月	おりがみ	俳句		
7	火		絵手紙	河内音頭	
8	水	オカリナ	らくらく体操		健康講座「らくらく体操」(午後1時～)
9	木	水墨画(午前)	水墨画(午後)		
10	金		大正琴	フラダンス	
11	土	華道	フォークダンス		
12	日				
13	月				㊟ スポーツの日
14	火	書道			
15	水	カラオケ(水)	カラオケ(水)		
16	木	社交ダンス(午前)	社交ダンス(午後)	手芸	
17	金		茶道	詩吟	
18	土	民謡	きり絵		
19	日				
20	月	おりがみ	俳句		
21	火	たのしい体操	絵手紙	河内音頭	「たのしい体操」(午前11時～)
22	水	オカリナ	らくらく体操		健康講座「らくらく体操」(午後1時～)
23	木	水墨画(午前)	水墨画(午後)		
24	金		大正琴	フラダンス	
25	土	華道	フォークダンス		
26	日				
27	月	カラオケ(月)	カラオケ(月)		
28	火	書道			
29	水				スマホセミナー(午後1時30分～)
30	木				
31	金	カラオケ(月)	カラオケ(月)		

《特記》

- 祝日・講師都合・気象警報等により、日時変更・振替および中止となる場合があります。
- 10月8日・22日(各日午後1時～2時)に健康講座「らくらく体操」を実施します。
申込受付は、9月8日(月)より開始いたします(定員各日20名、申込先着順)。
- 10月21日(火)午前11時～午後0時に、健康講座「たのしい体操」を開催します。
申込受付は、9月10日(水)より開始します(定員30名、申込先着順)。
- 10月29日(水)午後1時30分～3時に、「スマホセミナー～動画・カメラ活用編」を開催します。
申込受付は、9月24日(水)より開始します(定員20名、申込先着順)。