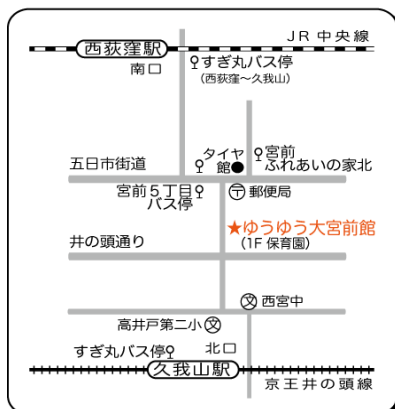


ゆうゆう大宮前館 2019年4月 予定表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		てぬぐい体操 さくら会体操	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓 トールペイント	カラオケ 折り紙	フラダンス 輪投げ	童謡
午後		健康エアロビクス 書道教室 (基本/筆中級)	舞踊 絵手紙 フォトムービー	シネマの時間	上手に歌って~ (初級/中級) パソコン	スポーツ吹矢	囲碁初級者講座
夜							
午前	7	8	9	10	11	12	13
午後	誕生会	MDH ヘルシーストレッチ	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓	わがまち一番体操	フラダンス	輪投げ
夜	誕生会	ぬり絵の力	リラックスヨガ 趣味の会	歌声ライブ 書道	健康エアロビクス	民謡 煎茶道講座	俳句 囲碁対局講座
夜		夜の体操運動教室	健康麻雀クラブ		卓球		
午前	14	15	16	17	18	19	20
午後		てぬぐい体操 さくら会体操	太極拳 リンパケア	銭太鼓 トールペイント 三療サービス	午前休館	フラダンス 輪投げ	輪投げ
夜		健康エアロビクス 書道教室 (基本/筆中級)	舞踊 絵手紙 腹話術を楽しむ会	声のアンチエイジング 書道	童謡 パソコン キルト製作	スポーツ吹矢	囲碁初級者講座 俳句
午前	21	22	23	24	25	26	27
午後	休館日	MDH ヘルシーストレッチ	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓 輪投げ	わがまち一番体操 春日会役員会	フラダンス	カラオケ
夜		落語会 ぬり絵の力	趣味の会	ラウンドダンス 書道 折り紙教室	健康エアロビクス	民謡 煎茶道講座	雑学・教養講座 囲碁対局講座
夜		夜の体操運動教室	健康麻雀クラブ		卓球		
午前	28	29	30				
午後		ヘルシーストレッチ					
夜			リラックスヨガ				



太字の書体 (青色) ⇒ ゆうゆう館主催 (協働事業)

ゆうゆう大宮前館

杉並区宮前 5-19-8

電話 03-3334-9640

