

令和4年



7月行事予定表

識名老人福祉センター
TEL 854-7877
FAX 854-7878

		月	火	水	木	金	土
場所	時間	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> 熱中症に気をつけましょう! </div> 				1	2
大広間	10~11:50	熱中症の症状 次のような症状があったら熱中症を疑いましょう。 / めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、気分が悪くなる / 頭痛、吐き気、体がだるい、体がぐったりする / 意識障害、けいれん、体が熱い				筋力トレーニング	琉舞講座
	13~14:50					古典初級同好会	太鼓講座
	15~16:50					日舞同好会	
図・教室	10~11:50						草吟会同好会
	13~14:50						
グラウンド	10~12						グラウンドゴルフ(同)
場所	時間	4	5	6	7	8	9
大広間	10~11:50	民謡講座	民謡三線同好会	大正琴講座	操体法講座		琉舞講座
	13~14:50	ディサービス(14~16)	社交ダンス同好会	パソコン同好会	古典音楽同好会	古典初級同好会	
	15~16:50				男性のための筋トレ&ストレッチ(15~16:50)	日舞同好会	
図・教室	10~11:50	書道講座	短期講座 民謡三線初級 13~14:50				草吟会同好会
	13~14:50						
グラウンド	10~12	ハルディックウォーキング		グラウンドゴルフ(同)	グラウンドゴルフ(同)		グラウンドゴルフ(同)
場所	時間	11	12	13	14	15	16
大広間	10~11:50	民謡講座	レク体操講座	支部老連理事会	ヨガ同好会	筋力トレーニング	琉舞講座
	13~14:50		社交ダンス同好会	パソコン同好会	古典音楽同好会	古典初級同好会	太鼓講座
	15~16:50					日舞同好会	
図・教室	10~11:50	書道講座	短期講座 民謡三線初級 13~14:50				草吟会同好会
	13~14:50						
グラウンド	10~12	ハルディックウォーキング		グラウンドゴルフ(同)	グラウンドゴルフ(同)		グラウンドゴルフ(同)
場所	時間	18	19	20	21	22	23
大広間	10~11:50	海の日 (休館) 	民謡三線同好会	大正琴講座	操体法講座		琉舞講座
	13~14:50		社交ダンス同好会	パソコン同好会	古典音楽同好会	古典初級同好会	
	15~16:50				男性のための筋トレ&ストレッチ(15~16:50)	日舞同好会	
図・教室	10~11:50		短期講座 民謡三線初級 13~14:50				草吟会同好会
	13~14:50						
グラウンド	10~12			グラウンドゴルフ(同)	グラウンドゴルフ(同)		グラウンドゴルフ(同)
場所	時間	25	26	27	28	29	30
大広間	10~11:50	民謡講座	レク体操講座	大正琴講座	ヨガ同好会	第5週のため 講座・同好会は お休みです 	詩吟交流会 (13:00~15:00)
	13~14:50		社交ダンス同好会	パソコン同好会	古典音楽同好会		
	15~16:50						
図・教室	10~11:50	書道講座	短期講座 民謡三線初級 13~14:50				
	13~14:50						
グラウンド	10~12	ハルディックウォーキング		グラウンドゴルフ(同)	グラウンドゴルフ(同)		グラウンドゴルフ(同)

※60歳以上の那覇市民の方がご利用できます。 ※予定表は都合により変更することもあります。