



2019年

4月行事予定表

那覇市金城老人憩の家

TEL 098-859-0099

http://www.nahasyakyo.org/

	月	火	水	木	金	土
時 間	1	2	3	4	5	6
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		~講座申込締切~
10:00~11:50		☆操体法		書道(同)	カラオケ(同)	社交ダンス(同)
13:00~14:50	~講座申込開始~ 民踊(同)		古典三線(同)	いけばな(同) ボウリング(2~4)	三線(同)	
15:10~17:00	コーラス(同)		日舞(同)		フォトサークル 金城(同)	ハワイアンフラ(同)
時 間	8	9	10	11	12	13
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	ハートフル卓球(同)				カラオケ(同)	社交ダンス(同)
13:00~14:50	民踊(同)	フォークダンス(同)	古典三線(同)	ボウリング(2~4)	三線(同)	
15:10~17:00	ヨガサークル		日舞(同)	デジカメサークル 若竹(同)	墨絵(同)	ハワイアンフラ(同)
時 間	15	16	17	18	19	20
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	ハートフル卓球(同)	☆操体法		書道(同)	カラオケ(同)	社交ダンス(同)
13:00~14:50	民踊(同)	フォークダンス(同)	古典三線(同)	いけばな(同) ボウリング(1~3)	三線(同)	
15:10~17:00	コーラス(同)		日舞(同)		フォトサークル 金城(同)	ハワイアンフラ(同)
時 間	22	23	24	25	26	27
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)	 <p>春の ピクニック</p>		G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	ハートフル卓球(同)				カラオケ(同)	社交ダンス(同)
13:00~14:50	民踊(同)		古典三線(同)	ボウリング(2~4)	三線(同)	
15:10~17:00	ヨガサークル		日舞(同)	デジカメサークル 若竹(同)	墨絵(同)	ハワイアンフラ(同)
時 間	29	30	<p>2019年度 新規講座募集 (5月開講)』</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エアロダンス ・体づくり・身体バランス筋トレ ・太極拳 ・操体法 ・いきいきフィットネス ・エンジョイ!エクササイズ ・GoGo!ロコモ ・琉舞 ・頭と体の健康体操 ・男の体幹筋トレ <p>* 申込期間:平成4月1日(月) 午後1時 ~ 4月6日(土)</p> <p>* 定 員:定員達し次第締切</p> <p>* 受 付:1人(3講座まで申込)金城老人憩の家事務所</p>			
9:00~10:30	<p>昭和の日 (休 館)</p>	<p>退位の日 (休 館)</p>				
10:00~11:50						
13:00~14:50						
15:10~17:00						

『2019年度金城老人憩の家利用登録申請
と事業負担金のご協力について』

憩の家利用登録時に事業負担金700円を徴収いたしますので、ご協力お願い致します。

受付:金城老人憩の家事務所

地下駐車場利用の
許可証をおもちの方へ
所定の駐車スペースは
30分を過ぎると、他の方へ
譲る場合がありますので
ご了承ください!



- ※入浴室利用 (月・水・金)
利用時間 12時~16時
入浴料(150円)
- ※健康増進コーナー (月~土)
利用時間 10時~17時45分
- ※防犯パトロールみまもり隊
毎週水曜日(午後3時~)
☆みまもり隊募集中!!
- ※ボウリング同好会
スカイレーン(那覇市具志)
毎週木曜日(14時~16時)
(第3木 13時~15時)



※金城老人憩の家は那覇市在住の60歳以上の方が利用出来ます。

※講座・同好会の都合により変更する場合があります。

