

5月行事予定表

時間	月	火	水	木	金	土
9:00~10:30	同好会メンバー募集中!! ◎三線初級(同) ◎三線中級(同) ◎民謡 ◎社交ダンス ◎フォークダンス ◎エアロダンス ◎デジカメサークル ◎ボウリング ◎日舞 ◎墨絵 ◎いけばな ◎水引むすび ◎ハワイアンフラ ◎書道 ◎エンジョイエクササイズ ◎コーラス ◎フレトレボディメイク 詳しくは事務所まで!				1	2
10:00~11:50					水引むすび(同)	社交ダンス(同)
13:00~14:50					三線中級(同)	
15:10~17:00					フレトレボディメイク(同)	ハワイアンフラ(同)
時間	4	5	6	7	8	9
9:00~10:30	(休館)	(休館)		G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	みどりの日	こどもの日	振替休日	書道(同)	☆太極拳	社交ダンス(同)
13:00~14:50				いけばな(同)	三線初級(同)	☆シニアのためのボイスレッスン
15:10~17:00				☆スクエアステップ	墨絵(同)	ハワイアンフラ(同)
時間	11	12	13	14	15	16
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	☆たのしいウクレレ(入門)	☆ストレッチポール&ひめトレ	エアロダンス(同)	☆GoGo!ロコモ	水引むすび(同)	社交ダンス(同)
12:30~14:30	ハートフル卓球(同)					
13:00~14:50	民謡(同)	フォークダンス(同)	かぎやで風講座 ボウリング(同) (14時~16時)	☆男の体幹筋トレ	三線中級(同)	☆琉舞
15:10~17:00		☆貯筋エクササイズ	日舞(同)	デジカメ若竹撮影会	フレトレボディメイク(同)	ハワイアンフラ(同)
時間	18	19	20	21	22	23
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	☆足腰強化運動	☆操体法	エンジョイ!エクササイズ(同)	書道(同)	☆太極拳	社交ダンス(同)
12:30~14:30	ハートフル卓球(同)					
13:00~14:50	民謡(同)	カラオケサロン	☆ヨガトレッチボウリング(同) (14時~16時)	いけばな(同)	三線初級(同)	☆シニアのためのボイスレッスン
15:10~17:00	コーラス(同)	☆頭と体の健康体操	日舞(同)	☆スクエアステップ	墨絵(同)	ハワイアンフラ(同)
時間	25	26	27	28	29(5週目)	30(5週目)
9:00~10:30	G・ゴルフ(同)			G・ゴルフ(同)		
10:00~11:50	☆たのしいウクレレ(入門)	☆ストレッチポール&ひめトレ	エアロダンス(同)	☆GoGo!ロコモ	<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> 第1回 利用者連絡会 代表者会議 13:00~ </div>	
12:30~14:30						
13:00~14:50	民謡(同)	フォークダンス(同)	かぎやで風講座 ボウリング(同) (14時~16時)	☆男の体幹筋トレ		☆琉舞
15:10~17:00	ヨガサークル(同)	☆貯筋エクササイズ	日舞(同)	デジカメ若竹講習会	ヨガサークル(同)	

『2026年度 金城老人憩の家 利用者登録申請と利用登録料の ご協力について』

* 利用登録料 **1,000円**
ご協力お願い致します。

* 受付：金城老人憩の家事務所



第1回
利用者連絡会役員会会議
日時：5月13日(水)
午前10時~
場所：児童館工作室

第1回
利用者連絡会代表者会議
日時：5月29日(金)
午後1時~
場所：憩の家大広間

※各講座・同好会代表の方は
ご参加宜しくお願いします。



5月1日~新年度長期講座
スタートします!
今年度も楽しんで下さいね。