

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
<p>～ 越中八尾おわら盆踊り観賞会 & 輪踊り講習会 ～</p> <p><出演> 越中八尾おわらを楽しむ会の皆さん いきいき浜町 盆踊り同好会の皆さん</p> <p>8月2日(土) 開演 14時 (開場 13時30分) いきいき浜町 大広間 定員 50名 (申込先着順) ※ 申込みは、7月17日(木)から受付けます。</p> <p>◎ 一緒に輪踊りを楽しみませんか? 越中八尾のおわらを、この機会にマスターしましょう!</p>		<p>♡ ポップスコンサート ♡</p> <p><出演> 103 & ギター教室の皆さん</p> <p>8月24日(日) 開演 14時 (開場 13時30分) いきいき浜町 大広間 定員 60名 (申込先着順)</p> <p>※ 申込みは、8月1日(金)から受付けます。</p>		<p>♡ 浜町歌声コンサート ♡</p> <p><出演> リバーシティダンディーズ</p> <p>8月30日(土) 開演 14:00 (開場13:30) いきいき浜町 大広間 定員 50名 (申込先着順)</p> <p>※ 申込みは、8月17日(日)から受付けます。</p>		1	2
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ < 森林警備隊 ></p> <p>★初心者ギター教室・10:00♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00～16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣</p> <p>！お風呂お休み 3</p>	4	5	6	7	8	9	
<p>★茶道教室・9:30♣</p> <p>★ホクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 10</p>	<p>★茶道教室・9:30♣</p> <p>★ホクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 11</p>	<p>★ウクレレで歌おう・10:30♥</p> <p>★初心者そろばん教室・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 12</p>	<p>★カーレット & 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★気功・13:00♥</p> <p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリナ教室・15:40♥</p> <p>★いきいき素敵な声づくり・15:30♣</p> <p>！お風呂お休み 13</p>	<p>★チェアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★英会話教室(中級) ①10:00,②11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♥</p> <p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 14</p>	<p>★書道教室・10:00♣</p> <p>★中央粋なまちトレーニング&脳トレ ・10:00♥</p> <p>★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</p> <p>★歌唱指導・14:00♥</p> <p>あなたも歌手になれるかも... お気軽にご参加ください!</p> <p>！お風呂お休み 15</p>	<p>★歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★越中八尾おわら盆踊り鑑賞会& 輪踊り講習会 ・開演14:00 (開場13:30)</p> <p>★歴史への招待②・10:00♥</p> <p>★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>	
<p>◎9月運動系講座・申込開始日 ・9:00♥</p> <p>★歴史探索教室・10:30♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00～16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣</p> <p>！お風呂お休み 17</p>	<p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 18</p>	<p>★中国語教室・10:00♣</p> <p>★陳式太極拳・11:10♥</p> <p>★初心者そろばん教室・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 19</p>	<p>★カーレット & 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★「健康づくり&フレイル予防」・10:30♣ (耳のフレイルとフレイル測定)</p> <p>★スマホちょこっと体験会 ・14:00♣</p> <p>★いきいき運動・14:00♥</p> <p>！お風呂お休み 20</p>	<p>★健康タオル体操・10:00♥</p> <p>★やさしい英会話教室・10:00♣</p> <p>★異文化交流会・11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★陳式太極拳・13:00♥</p> <p>★終活講座・14:00♣</p> <p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 21</p>	<p>★かんたんちぎり絵・10:00♣</p> <p>★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★第130回わなげ大会 ・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 22</p>	<p>★健康吹き矢(自主練習)・10:00♥</p> <p>★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣</p> <p>★将棋(自主練習)・13:00</p> <p>★囲碁(自主練習)・13:30</p> <p>★第130回わなげ大会 ・13:00♥</p>	
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ < 十二哩の暗礁の下に ></p> <p>★初心者ギター教室・10:00♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00～16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣</p> <p>！お風呂お休み 24</p>	<p>★ハマツヨ教室・10:00♣<手作り></p> <p>★ホクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★初心者社交ダンス講習会 ・13:30♥</p> <p>！お風呂お休み 25</p>	<p>★中国語教室・10:00♣</p> <p>★陳式太極拳・11:10♥</p> <p>★初心者そろばん教室・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 26</p>	<p>★健康推進講座(明治安田) ・10:30♣</p> <p>★血管年齢測定会・11:30♣</p> <p>★気功・13:00♥</p> <p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリナ教室・15:40♥</p> <p>★いきいき素敵な声づくり・15:30♣</p> <p>！お風呂お休み 27</p>	<p>★チェアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★やさしい英会話教室・10:00♣</p> <p>★異文化交流会・11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★歌声広場・14:00♥</p> <p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 28</p>	<p>★書道教室・10:00♣</p> <p>★中央粋なまちトレーニング&脳トレ ・10:00♥</p> <p>★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</p> <p>！お風呂お休み 29</p>	<p>★歴史への招待②・10:00♥</p> <p>★健康長寿講座・10:30♣</p> <p>”毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。”</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>	
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ < アリババの復讐 ></p> <p>★歴史探索教室・10:30♣</p> <p>★将棋(自主練習)・13:00</p> <p>★ポップスコンサート ・開演14:00(開場13:30)♥ ※ 申込みは、8月1日(金)から受付けます。</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★中国語教室・10:00♣</p> <p>★陳式太極拳・11:10♥</p> <p>★初心者そろばん教室・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★ペーパーハート教室・10:00♣</p> <p>★敬老マッサージ・10:40♥</p> <p>★スマホちょこっと体験会 ・14:00♣</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★健康タオル体操・10:00♥</p> <p>★やさしい英会話教室・10:00♣</p> <p>★異文化交流会・11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★簡単エアロ14:00♥</p> <p>★向日葵さんピアノ教室・15:00♣</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★第130回わなげ大会 ・13:00♥</p> <p>！お風呂お休み 31</p>	<p>★歴史への招待③・10:00♥</p> <p>★健康長寿講座・10:30♣</p> <p>”毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。”</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>	
<p>【お知らせ】</p> <p>◎9月運動系講座の申込みは、8月10日(日)朝9時から受付けます。(先着順)</p> <p>◎「映画鑑賞会」・「いきいき健康麻雀(自主練習)」8月分は、7月20日(日)から受付けます。(先着順)</p> <p>◎「向日葵さんのピアノ教室」・「田所先生のピアノ教室」8月分は、7月20日(日)から隔月受講申込で受付けます。(先着順)</p> <p>◎「生きがい相談」は、毎月第1月曜 14時～16時の時間帯で再開しています。(お一人30分程)(先着順)</p> <p>◎「スマホちょこっと体験会」8月分は、8月1日(金)から受付けます。(定員:8名)(先着順)</p> <p>◎「日本舞踊エクササイズ」の8月1日(金)は、講師都合により8月29日(金)に変更しました。</p> <p>◎「中国語教室」の8月5日(火)は、講師都合により8月26日(火)11:10～12:10に変更しました。</p> <p>◎「初心者いきいき健康麻雀教室:4ヶ月コース」(8月～11月)の申込みは、7月20日(日)から受付けます。(初心者:優先)</p> <p>※【夏季延長のお知らせ】「いきいき館で涼みませんか?」7月1日(火)～9月14日(日)開館時間を1時間延長し、午前9時～午後6時までご利用できます。</p>							
<p>直接、館でお申し込み下さい。 お電話での受付は出来ません。</p> <p>・毎月第2・第4水曜日(ふれあい入浴デー)、日曜日のお風呂はお休みです。</p> <p>・★印は、定員があります。受付にて承ります。</p> <p>・☆印は、当日申込で定員があります。</p> <p>・敬老マッサージのお申込み受付は、13日(水)～20日(水)です。</p> <p>抽選・発表は22日(金)です。</p> <p>・都合により予定が変更されることがあります。お電話等でご確認ください。</p>							