

月	火	水	木	金
		1	2	3
	 7月	「エクササイズ」 小山 雅弘		笑顔を増やす 「メンテナンスヨガ」 野堀 あや子
		「わかばBand♪」 折山 もと子		「ものづくり大学」 羽田 舞子
6	7	8	9	10
	「チャイニーズ・エクササイズ」 恩田 享位	「クラブ活動」		「エクササイズ」 小山 雅弘
	「芸術」 及部 智子/内田 えい子	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「芸術」 及部 智子/鈴木 賀子
13	14	15	16	17
	「脳活力フィットネス」 根本 みゆき	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「音楽」 越智 健二/折山 もと子
	「コラージュアート」	「わかばBand♪ & コーラス」 折山 もと子/宮島 緑		「エクササイズ」 大月 直美
20	21	22	23	24
海の日	「エクササイズ」 小山 雅弘	「ものづくり大学」 羽田 舞子		「シナプソロジー」 早川 昌宏
	夏イベント	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「チャイニーズ・エクササイズ」 恩田 享位
27	28	29	30	31
	浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀	浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀		夏イベント AM：風鈴飾り PM：小さな音楽会
	「音楽の輪♪」 武沢 幾子/小山 文代	夏イベント		

 運動

- ・プログラムは変更となる場合があります。ご了承ください。
- ・お休みされる場合には受付にお伝えください。(029-853-3644)