2023年度 岩本町ほほえみプラザ介護予防教室 予定表

	うた吉	吹矢	太極拳	カラオケ	建 道	但冰如	総手 紙	コガ			うた吉	吹矢	太極拳	カラオケ	主 省	但冷如	総手紙	ヨガ	
	うた声 サロン 2,4午後	· 1 午前	1.2.3 午後	カラオケ 午後	書道 1.2 午前	俱楽部 いわもと 午後	程手紙 3 午後	ヨガ 1,2,3,4 午後			うた声 サロン 2,4午後	· 1 午前	1.2.3 午後	カラオケ 午後	書道 1.2 午前	俱楽部 いわもと 午後	総手紙 3 午後	1,2,3,4 午後	
			4 5	目									10	月					
3	月	火	水	;		木		金	土	日	月	火	7	k		木		金	
									1	1	2	3		4			5	6	
2	3	4		5			6	7	8	8	9	10		11			12	13	
9	10	11		12			13	14	15	15	16	17		18			19	20	
16	17	18		19			20	21	22	22	23	24		25			26	27	
23	24	25		26			27	28	29	29	30	31							
30												'						•	
			5月	∄									11						
日	月	火	水	;		木		金	_ <u></u>	日	月	火	7	K		木		金	
-	1	2		3			4	5	6					1			2	3	
7	8	9		10			11	12	13	5	6	7		8			9	10	
14	15	16		17			18	19	20	12	13	14		15			16	17	
21	22	23		24			25	26	27	19	20	21		22			23	24	
28	29	30		31						26	27	28		29			30		
			6月]									12	月					
B	月	火	水			木		金	土	日	月	火	7			木		金	_:
\perp							1	2	3									1	
4	5	6		7			8	9	10	3	4	5		6			7	8	
11	12	13		14			15	16	17	10	11	12		13			14	15	
18	19	20		21			22	23	24	17	18	19		20			21	22	
25	26	27		28			29	30		24	25	26		27			28	29	
										31									
	うた声	吹矢	太極拳 :	カラオケ	書道	倶楽部	截于靴 3	ヨガ 1234			うた声	吹矢	太極拳	カラオケ	書道 12	倶楽部	転手靴 3	ヨガ 1234	
	うた声 サロン 2,4午後	吹矢 1 午前	午後	カラオケ 午後	書道 1.2 午前	倶楽部 いわもと 午後	概手靴 3 午後	ヨガ 1,2,3,4 午後			うた声 サロン 2,4午後	吹矢 1 午前	太極拳 1.2.3 午後	カラオケ 午後	書道 1.2 午前	倶楽部 いわもと 午後	程于靴 3 午後	ヨガ 1,2,3,4 午後	
	2,4午後	1	7 <i>月</i>	1	書道 1.2 午前		報宇献 3 午後					1	1,	月	書道 1.2 午前		概于献 3 午後		
Ħ	うた声 サロン 2.4午後	1	午後	1	書道 1.2 午前	俱楽部 いわもと 午後	報手批 3 午後	ョガ 1,2,3,4 午後	±		うた声 サロン 2.4午後	1	1,		書道 1.2 午前	倶楽部 いわもと 午後	報于献 3 午後	ヨガ 1,2,3,4 午後	
	2,4午後	1 午前	7 <i>月</i>	1	書道 1.2 午前		概于批 3 午後		± 1	31		1 午前	1,	月 k	書道 1.2 午前		4	金 5	•
日 2	月 3	火 4	7 <i>月</i>]	書道 1.2 午前		6	金 7	1 8	日 7	月 1 8	火 火 2 9	1,	月 k 3 10	書道 1.2 午前		4 11	金 5 12	=
日 2 9	月 3 10	火 火 4 11	7 <i>月</i>	号 5 12	書道 1.2 午前		6 13	金 7 14	1 8 15	日 7 14	月 1 8 15	火 火 2 9	1,	月 K 3 10 17	書道 1.2 午前		4 11 18	金 5 12 19	=======================================
日 2 9 16	月 3 10 17	火 火 4 11 18	7 <i>月</i>	5 12 19	書道 1.2 午前		6 13 20	金 7 14 21	1 8 15 22	日 7 14 21	月 1 8 15 22	火 2 9 16 23	1,	月 k 3 10 17 24	書道 1.2 午前		4 11	金 5 12	-
日 2 9 16 23	月 3 10 17 24	火 火 4 11	7 <i>月</i>	号 5 12	書道 1.2 午前		6 13	金 7 14	1 8 15	日 7 14	月 1 8 15	火 火 2 9	1,	月 K 3 10 17	書道 1.2 午前		4 11 18	金 5 12 19	=
日 2 9 16	月 3 10 17	火 火 4 11 18	7 万 水	5 12 19 26	書道 1.2 午前		6 13 20	金 7 14 21	1 8 15 22	日 7 14 21	月 1 8 15 22	火 2 9 16 23	1,	月 k 3 10 17 24 31	書道 1.2 午前		4 11 18	金 5 12 19	=
日 2 9 16 23	月 3 10 17 24	火 火 4 11 18	7 <i>月</i>	5 12 19 26	書道 1.2 午前		6 13 20	金 7 14 21	1 8 15 22	日 7 14 21	月 1 8 15 22	火 2 9 16 23	1, 7	月 k 3 10 17 24 31	書道 1.2 午前		4 11 18	金 5 12 19	
日 2 9 16 23 30	月 3 10 17 24 31	火 火 4 11 18 25	7月水	5 12 19 26	書道 1.2 午前	*	6 13 20	金 7 14 21 28	1 8 15 22 29	日 7 14 21 28	月 1 8 15 22 29	火 2 9 16 23 30	1, 7	月 k 3 10 17 24 31	書道 1.2 午前	*	4 11 18	金 5 12 19 26	
日 2 9 16 23 30	月 3 10 17 24 31	火 火 4 11 18 25	7月水	5 12 19 26	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27	金 7 14 21 28 金 4	1 8 15 22 29 ±	日 7 14 21 28	月 1 8 15 22 29	火 2 9 16 23 30	1, 7	月 k 3 10 17 24 31	書道 1.2 午前	*	4 11 18 25	金 5 12 19 26	
日 2 9 16 23 30	月 3 10 17 24 31	火 火 4 11 18 25 火	7月水	5 12 19 26	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27	金 7 14 21 28	1 8 15 22 29	日 7 14 21 28	月 1 8 15 22 29	火 2 9 16 23 30	1, 7	月 k 3 10 17 24 31 月	書道 1.2 午前	*	4 11 18 25	金 5 12 19 26	
日 2 9 16 23 30	月 3 10 17 24 31	火 火 4 11 18 25 火 1 8	7月水	5 12 19 26	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10	金 7 14 21 28 金 4 11	1 8 15 22 29 ± 5 12	日 7 14 21 28	月 1 8 15 22 29	火 2 9 16 23 30 火	1, 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k	書道 1.2 午前	*	4 11 18 25 1 8	金 5 12 19 26 金 2 9	=======================================
B 2 9 16 23 30 B 6 13	月 3 10 17 24 31 月 7	火 火 4 11 18 25 火 1 8 15	7月水	5 12 19 26 26 2 9	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17	金 7 14 21 28 金 4 11 18	1 8 15 22 29 ± 5 12 19	日 7 14 21 28 日 4 11	月 1 8 15 22 29 月 5 12	火 2 9 16 23 30 火 6 13	1, 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k	書道 1.2 午前	*	1 18 25 1 8 15	金 5 12 19 26 金 2 9	
E 2 9 16 23 30 E 6 13 20	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22	7 F 水 8 F 水	5 12 19 26 2 16 23 30	書 <u>道</u> 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24	金 7 14 21 28 金 4 11 18	1 8 15 22 29 ± 5 12 19	日 7 14 21 28 日 4 11	月 1 8 15 22 29 月 5 12	火 2 9 16 23 30 火 (大 6 13 20	2,	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28	書道 1.2 午前	*	1 18 25 1 8 15 22	金 5 12 19 26 金 2 9	
日 2 9 16 23 30 日 6 13 20 27	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21 28	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22 29	7月 水 8月 水 9月	5 12 19 26 2 16 23 30	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25	1 8 15 22 29 ± 5 12 19 26	日 7 14 21 28 日 4 11 18 25	月 1 8 15 22 29 月 5 12 19 26	火 2 9 16 23 30 火 6 13 20 27	2, 7 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28	書道 1.2 午前	*	1 18 25 1 8 15 22	金 5 12 19 26 金 2 9 16 23	
E 2 9 16 23 30 E 6 13 20	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22	7 F 水 8 F 水	5 12 19 26 2 16 23 30	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25	1 8 15 22 29 土 5 12 19 26	日 7 14 21 28 日 4 11	月 1 8 15 22 29 月 5 12	火 2 9 16 23 30 火 (大 6 13 20	2,	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28	書道 1.2 午前	*	1 18 25 1 8 15 22	金 5 12 19 26 金 2 9	-
日 2 9 16 23 30 日 6 13 20 27 日 日	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21 28	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22 29	7月 水 8月 水 9月	5 12 19 26 2 16 23 30	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25	1 8 15 22 29 ± 5 12 19 26	日 7 14 21 28 日 11 18 25	月 1 8 15 22 29 月 5 12 19 26	火 2 9 16 23 30 火 6 13 20 27	2, 7 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28	書道 1.2 午前	*	1 18 25 1 8 15 22 29	金 5 12 19 26 金 2 9 16 23	-
日 2 9 16 23 30 日 6 13 20 27 日 日 3 3	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21 28	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22 29	7月 水 8月 水 9月	5 12 19 26 23 30 30	書 道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25	1 8 15 22 29 ± 5 12 19 26	日 7 14 21 28 日 4 11 18 25	月 1 8 15 22 29 月 5 12 19 26	火 2 9 16 23 30 火 6 13 20 27	2, 7 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28 月 k		*	1 18 25 1 8 15 22 29	金 5 12 19 26 金 2 9 16 23	-
日 2 9 16 23 30 日 6 13 20 27 日 日	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21 28	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22 29	7月 水 8月 水 9月	5 12 19 26 2 16 23 30	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25	1 8 15 22 29 ± 5 12 19 26	日 7 14 21 28 日 11 18 25	月 1 8 15 22 29 月 5 12 19 26	火 2 9 16 23 30 火 6 13 20 27	2, 7 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28		*	1 18 25 1 8 15 22 29	金 5 12 19 26 金 2 9 16 23	
日 2 9 16 23 30 日 6 13 20 27 日 3 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	月 3 10 17 24 31 月 7 14 21 28	火 4 11 18 25 火 1 8 15 22 29 火	7月 水 8月 水 9月	5 12 19 26 2 16 23 30 30	書道 1.2 午前	*	6 13 20 27 3 10 17 24 31	金 7 14 21 28 金 4 11 18 25 金 1 8 15	1 8 15 22 29 ± 5 12 19 26 ± 2 9 16	日 7 14 21 28 日 11 18 25	月 1 8 15 22 29 月 5 12 19 26	火 2 9 16 23 30 火 6 13 20 27 火	2, 7 7	月 k 3 10 17 24 31 月 k 7 14 21 28 月 k		*	1 18 25 1 8 15 22 29	金 5 12 19 26 金 2 9 16 23 金 1 8 15	

^{*} 予定は変更になることがあります。 お申込み、お問い合わせは岩本町ほほえみプラザへ 電話 03-5825-3407