

令和元年7月講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	もやいエンジョイクラブ 11:00～11:30	救急法・AED 11:00～11:30	★楽しく歌おう 11:00～12:00	ラージボール 10:00～12:00 (予約制)	世代交流 七夕会 11:10～11:40	健康マージャン 13:30～16:30 (どなたでも・定員制)	ふれあいコンサート 11:00～11:45
7 休館日	8 太極拳教室 11:00～12:00	9 チャレンジ教室 生活筋力向上ゆっくりプログラム® 11:00～11:40	10 いきいきレク チャレンジ脳トレ 11:00～11:30	11 健康マージャン 13:00～16:00 (条件あり・定員制)	12 ★クラフト手芸教室 14:00～16:00 (予約制)	健康マージャン 13:30～16:30 (どなたでも・定員制)	13 ★3B体操 11:00～12:00 (レンタル要予約)
14 休館日	15 休館日 (海の日)	16 誕生月の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	17 講座(特別編) 終活セミナー 11:00～12:00	18 ラージボール 10:00～12:00 (予約制)	19 健康マージャン 13:00～16:00 (条件あり・定員制)	健康マージャン 13:30～16:30 (どなたでも・定員制)	20 健康講座(特別編) 自分に合った運動方法 11:00～11:40 (予約制)
21 休館日	22 太極拳教室 11:00～12:00	23	24 チャレンジ教室 歪み改善!!健康体操 トレーニング講習会 11:00～11:40 11:00～、13:00～	25 健康マージャン 13:00～16:00 (条件あり・定員制)	26 ★クラフト手芸教室 14:00～16:00 (予約制)	健康マージャン 13:30～16:30 (どなたでも・定員制)	27 ★健康ツアー 詳細は館内掲示板にて ★3B体操 11:00～12:00
28 休館日	29	30 誕生月の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	31	必見! 土曜日イベント 『ふれあいコンサート』 7月6日(土)11:00～11:45 弦楽器を使った音楽サークル「GREEN Ensemble」による演奏会です。子どもから大人まで楽しめる楽 『自分に合った運動方法』 7月20日(土)11:00～11:40 皆さんが日頃行っている運動は何か? 運動には各々特性があります。効果を出す為にも、自分に合った運動を見つけてみてはいか 『健康ツアー』 7月27日(土) カントリーパークにて石釜焼きピザ・バウムクーヘン作りの体験を行います。詳細は館内掲示板にてご			

◇教室・イベントの参加には施設利用料(200円)が必要です。
 ◇別途、材料費等がかかるイベントもあります(★印)。詳細はお尋ねください。
 ◇予約制の教室は予約開始日をご確認の上、受付にてご予約ください。

熊本市夢もやい館
 熊本市北区楠1-20-5
 TEL 096-338-3210