

# 令和6年5月 講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
			1 楽しく歌おう 10:40～11:40 予約 4月より受付中	2 	3 休館日 (憲法記念日)	4 休館日 (みどりの日)	
5	6	7	8	9	10	11	
休館日 (こどもの日)	休館日 (振替休日)	MEC 座談会 10:40～11:10 当日受付	8 	9 チャレンジ教室 体引き締めEx 10:40～11:25 予約 4/25～	10 季節の行事 子どもの日会 10:40～11:40 当日受付	11 3B体操 10:40～11:40 当日受付	
12	13	14	15	16	17	18	
休館日	太極拳教室 10:40～11:40 当日受付	健康マージャン 13:00～16:00 (予約・定員制)	14 誕生月の方体力測定会 10:40～11:40 予約 4/1～	15 	16 	17 個別相談会(栄養) 10:00～、11:00～ 予約 4/25～	18 いきいきレク 卓球 18:30～19:15 当日受付
19	20	21	22	23	24	25	
休館日	20 	21 チャレンジ教室 バランスボール 10:40～11:25 予約 5/1～	22	23 誕生月の方体力測定会 10:40～11:40 予約 5/1～	24 	25 3B体操 10:40～11:40 当日受付	
26	27	28	29	30	31		
休館日	27 	28 	29	30 健康講座 栄養講話 10:40～11:40 予約 5/1～	31 		

- ◇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。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。

トレーニング室(マシン)の利用について  
 時間制限:2時間  
 利用可能時間 9:10～12:30、13:30～20:00

運動時にお持ちいただく物  
 室内用シューズ・タオル・飲み物



