

# H29. 11月講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土
毎週水曜日 健康マージャン教室(10月～3月期) 毎週木曜日 ピラティス教室(10回コース) 毎週金曜日 健康マージャン教室(熟練者向け) 随時 個別栄養相談			1 ★楽しく歌おう 11:00～12:00	2 ラージボール(予約制) 10:00～12:00	3 <b>休館日</b> (文化の日)	4 ★3B体操 11:00～12:00 (予約制)
5 <b>休館日</b>	6 チャレンジ教室 歪み改善!!健康体操 11:00～11:40 トレーニング講習会 13:00～14:00	7 世代交流 収穫祭 11:00～11:30	8	9	10 パソコン教室⑤ 10:00～11:00 (コース・予約制)	11 地域開放行事 夢もやい祭 9:30～15:30 ★あみもの教室 13:30～15:30
12 <b>休館日</b>	13 太極拳教室 11:00～12:00	14 誕生月の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	15 チャレンジ教室 11:00～11:40	16 ラージボール 10:00～12:00 (予約制)	17 パソコン教室⑥ 10:00～11:00 (コース・予約制)	18 もやいエンジョイクラブ 11:00～11:30 ★3B体操 11:00～12:00 (予約制)
19 <b>休館日</b>	20 いきいきスポーツ フラフープ 11:00～11:30	21	22 誕生月の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	23 <b>休館日</b> (勤労感謝の日)	24 パソコン教室⑦ 10:00～11:00 (コース・予約制)	25 ★クラフト手芸教室 14:00～16:00 (予約制) ★あみもの教室 13:30～15:30
26 <b>休館日</b>	27 パソコン教室⑧ 10:00～11:00 (コース・予約制)	28 もやいんピック パズル 11:00～11:30	29 健康カウンセリング 瞬発力テスト 11:00～11:15	30		

- ・各イベント、施設利用料(200円)が必要です。(健康講座、地域開放行事を除く)
- ・材料費等がかかるイベントもあります(★印)。詳しくは館内掲示物にてご確認ください。
- ・アロママッサージは予約制です。スタッフにご希望の時間をご相談ください。

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