

H29. 12月講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
		『フラワーアレンジメント(正月飾り花)』 12月27日(水) 10:30~11:30 材料費:2200円 ※施設利用料は別途必要 定員:5名(12月1日予約開始) 詳細は館内掲示板にてご確認ください。	『トレーニング講習会』 12月4日(月) 13:00~14:00 トレーニング室のマシンの正しい使い方を指導します。 重さや回数など効果的なトレーニングについて学びましょう。 講師:シンコースポーツ		もやいんピック あやとり 11:00~11:30	
3	4	5	6	7	8	9
休館日	チャレンジ教室 ダンベル体操 11:00~11:40 トレーニング講習会 13:00~14:00	健康カウンセリング 目標心拍数について 11:00~11:15	★楽しく歌おう 11:00~12:00	ラージボール 10:00~12:00 (予約制)	パソコン教室⑩ 10:00~11:00 (コース・予約制) ★クラフト手芸教室 14:00~16:00 (予約制)	★3B体操(予約制) 11:00~12:00 ★あみもの教室 13:30~15:30
10	11	12	13	14	15	16
休館日	パソコン教室⑪ 10:00~11:00 (コース・予約制) 太極拳教室 11:00~12:00	いきいきスポーツ パットゴルフ 11:00~11:30	誕生月の方体力測定会 11:00~12:00 (予約制)		パソコン教室⑫ 10:00~11:00 (コース・予約制)	
17	18	19	20	21	22	23
休館日		誕生月の方体力測定会 11:00~12:00 (予約制)	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	ラージボール(予約制) 10:00~12:00 ★陶芸教室(予約制) 13:00~15:00	もやいエンジョイクラブ 10:00~11:00 ★クラフト手芸教室 14:00~16:00 (予約制)	休館日(天皇誕生日)
24/31	25	26	27	28	29	30
休館日	太極拳教室 11:00~12:00	世代交流 お誕生日会(12・1月) 11:10~12:00 (予約制)	★フラワーアレンジメント 10:30~11:30 (予約制)		年末年始休館日(12月29日~1月3日)	

- ・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