

# H30. 5月講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土
		1 世代交流 子どもの日会 10:40～11:40	2 ★楽しく歌おう 11:00～12:00	3 休館日 (憲法記念日)	4 休館日 (みどりの日)	5 休館日 (こどもの日)
6 休館日	7 いきいきレク パズル 11:00～11:30	8 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	9	10	11 ★クラフト手芸教室 14:00～16:00 (予約制)	12 ★3B体操 11:00～12:00 (予約制) ★あみもの教室 13:30～15:30
13 休館日	14 太極拳教室 11:00～12:00	15 健康講座 若さを保つ食生活 11:00～12:00 (予約制)	16 誕生日の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	17 ラージボール 10:00～12:00 (予約制)	18	19 いきいきレク ボールゲーム 11:00～11:30
20 休館日	21	22 誕生日の方体力測定会 11:00～12:00 (予約制)	23 チャレンジ教室 ダンベル体操 11:00～11:40 チャレンジ教室 トレーニング講習会 13:00～14:00	24 もやいエンジョイクラブ 11:00～11:30	25 ★クラフト手芸教室 14:00～16:00 (予約制)	26 ★3B体操 11:00～12:00 (予約制) ★あみもの教室 13:30～15:30
27 休館日	28 太極拳教室 11:00～12:00	29	30	31	毎週水曜日 健康マージャン教室(4月～9月期) 毎週木曜日 ピラティス教室(10回コース) 毎週木曜日 夜カルチャー(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	

- ◇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