

令和6年10月 講座・イベントのご案内

日	月	火	水	木	金	土
		1 	2	3 チャレンジ教室 バランスボール 10:40～11:25 予約 9/25～	4 	5 いきいきレク 卓球 18:30～19:15 当日受付
	もやい体操実施日 10:40～11:10 		楽しく歌おう 10:40～11:40 予約 9月より受付中			
6 休館日	7  健康マージャン 13:00～16:00 (予約・定員制)	8 誕生月の方体力測定会 10:40～11:40 予約 9/25～	9 	10 個別相談会(栄養) 10:00～、11:00～ 予約 9/25～	11	12 施設見学会 10:00～10:30 当日受付 3B体操 10:40～11:40 当日受付
13 休館日	14 休館日 (スポーツの日)	15 季節の行事 運動会 10:40～11:40 当日受付	16 MEC 交流会 10:40～11:10 当日受付	17 チャレンジ教室 ダンスエクササイズ 10:40～11:25 予約 10/1～	18 	19
20 休館日	21  健康マージャン 13:00～16:00 (予約・定員制)	22 誕生月の方体力測定会 10:40～11:40 予約 10/1～	23	24 	25 トレーニングマシン講習会 10:30～11:00 予約 10/1～	26 eスポーツ体験会 10:00～17:00 当日受付 リサイクルバザー 11:00～ 詳細は館内にて
27 休館日	28 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)	29 	30 お誕生日会(10・11月) 10:40～11:10 予約 10/1～	31 いきいき美容講座 10:40～11:40 予約 10/1～	施設見学会 10月12日(土) 10:00～10:30 夢もやい館の施設見学会を開催します。対象は熊本市内在住で60歳以上の方、間もなく60歳を迎える方になります。皆様のご来館をお待ちしています。	

- ◇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



