

8月 行事予定表

7月20日現在
宮崎市赤江老人福祉センター (56-9371)

	月		火		水		木		金		土	
			1		2		3		4		5	
			10:30~11:30	13:00~	9:40~	13:00~	10:00~	13:30~	9:40~	13:00~	9:40~	13:00~
			OKADA教室	カラオケ	げんき体操	健康麻雀	フラダンスクラブ	健康生活 (看護大)	げんき体操	社交ダンス	どんぐり体操	カラオケ
										13:30~ 茶道		
6	7		8		9		10		11		12	
休み	9:40~	13:30~	10:00~11:30	13:00~	9:40~	13:00~	10:00~	13:30			9:40~	13:00~
	げんき体操	手芸 [青空・ひまわり]	市健幸運動教室	カラオケ	げんき体操	健康麻雀	童謡を歌う会	レクダンス			どんぐり体操	カラオケ
												
13	14		15		16		17		18		19	
休み	9:40~	13:30~	10:00~11:30	13:00~	9:40~	13:00~	10:00~	13:30~	9:40~	13:00~	9:40~	13:00~
	げんき体操	手芸 [ひまわり]	さわやか体操	カラオケ	げんき体操	健康麻雀	歯と口の健康 (宮崎県)	日向民謡会	げんき体操	社交ダンス8月11日分	どんぐり体操	カラオケ
								13:00~ 看護師健康相談				
20	21		22		23		24		25		26	
休み	9:40~	13:30~	10:00~11:30	13:00~	9:40~	13:00~	9:30	13:30~	9:40~	13:00~	9:40~	13:00~
	げんき体操	手芸 [青空・ひまわり]	市健幸運動教室	カラオケ	げんき体操	健康麻雀	絵手紙	レクダンス	げんき体操	大正琴	どんぐり体操	カラオケ
27	28		29		30		31					
休み	9:40~	13:30~	10:00~11:30	13:00~	9:40~	13:00~	10:00~					
	げんき体操	手芸 [ひまわり]	さわやか体操	カラオケ	げんき体操	健康麻雀	救急救命講座					

- 8/1 (火) 10:30~【OKADA教室】定員25名で実施します。申込が必要です。
- 8/3 (木) 13:30~【健康生活講座】講師：宮崎県看護大 菅野幸子教授です。定員25名申し込みが必要です。
- 8/10 (木) 10:00【童謡を歌う会】講師：谷村先生です♪定員25名申込が必要です。
- 8/17 (木) 10:00~【歯と口の健康】講師：県口腔保健支援センター 森本氏です。25名申し込みが必要です。
- 8/17 (木) 13:00~15:00【看護師さんによる健康相談】があります。
- 8/15・29 (火) 10:00~11:30【さわやか体操】中崎先生です。定員25名申し込みが必要です。
- 8/31 (木) 10:00~11:30【宮崎市より救命救急AED講座】があります。申し込みが必要です。

