

鹿の子台地域交流センター定例活動

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	時間	内容	時間	内容	時間	内容	時間	内容	時間	内容	時間	内容	時間	内容
第1週			9-13 10-11	わなげ 健康ストレッチ体操(洋)	9-11 13:30-16:30	いきいき百歳体操(洋) 楽踊会	9-17 14-16	ランチカフェ 着付け教室(洋)	9-13	コーラス	13-15	えてがみ(洋)	9-13	ふれあい日曜喫茶
第2週			9-13 10-11	わなげ 健康ストレッチ体操(洋)	13-15	いきいき百歳体操	9:30-11 14-16	ウクレレ教室 フラダンス(洋)	13:30-15	オカリナ教室(洋)	11-14	ハビバビ食堂 (こども食堂)	9-13	ふれあい日曜喫茶
第3週			10-11 10-11:30	健康ストレッチ体操(洋) うたごえひろば	9-11 13:30-16:30	いきいき百歳体操(洋) 楽踊会			9-13	コーラス			9-13	ふれあい日曜喫茶
第4週			10-11:30 13-15	健康ひろば 手芸クラブ	9-11 13-15 13:30-15:30	クラフトバンド いきいき百歳体操(洋) ふれあい健康クラブ	9:30-11 11:30-	ウクレレ教室 ウクレレ教室(シニア) フラダンス(洋)	13:30-15	オカリナ教室(洋)	11-14	ハビバビ食堂 (こども食堂)	9-13	ふれあい日曜喫茶