

2023年度 都南老人福祉センター主催事業 予定表

日程	イベント	備考	
4月	4月6日 (木) リフレッシュ体操(全12回)	(毎月1回：概ね第1木曜日) 募集定員15名	
	4月13日 (木) コロコロつどりん教室(全12回)	(毎月1回：概ね第2木曜日) 募集定員15名	
	4月20日 (木) やさしいエアロビクス教室(全12回)	(毎月1回：概ね第3木曜日) 募集定員15名	
	4月28日 (金) ピラテス教室(全12回)	(毎月1回：概ね第4金曜日) 募集定員15名	
5月	5月2日 (火) リフレッシュ体操	第1木曜日が休館日 (G.W) の為、第1火曜日に変更	
	5月11日 (木) コロコロつどりん教室		
	5月18日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	5月25日 (木) 笑いヨガ① (全3回)	募集定員15名	
	5月26日 (金) ピラテス教室		
6月	6月1日 (木) リフレッシュ体操		
	6月8日 (木) コロコロつどりん教室		
	6月8日 (木) 陶芸教室① (全6回)	(毎月2回：概ね第2,4木曜日) 募集定員6名	
	6月15日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	6月22日 (木) 陶芸教室②		
	6月23日 (金) ピラテス教室		
	6月29日 (木) 大人のリズム遊び教室① (全3回)	募集定員15名	
7月	7月6日 (木) リフレッシュ体操		
	7月13日 (木) コロコロつどりん教室		
	7月13日 (木) 陶芸教室③		
	7月20日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	7月27日 (木) 陶芸教室④		
	7月27日 (木) スマホ教室① (全3回)	募集定員10名	
	7月28日 (金) ピラテス教室		
	8月	8月11日 (金) リフレッシュ体操	8/11山の日 (山の日イベント)
8月11日 (金) コロコロつどりん教室	8/11山の日 (山の日イベント)		
8月10日 (木) 陶芸教室⑤			
8月17日 (木) やさしいエアロビクス教室			
8月24日 (木) 陶芸教室⑥			
8月24日 (木) スマホ教室②			
8月25日 (金) ピラテス教室			
8月下旬	大人のリズム遊び教室②	募集定員15名	
9月	9月7日 (木) リフレッシュ体操		
	9月14日 (木) コロコロつどりん教室		
	9月21日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	9月22日 (金) ピラテス教室		
	9月下旬	笑いヨガ②	
10月	10月5日 (木) リフレッシュ体操		
	10月上旬	大人のリズム遊び教室③	
	10月12日 (木) コロコロつどりん教室		
	10月19日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	10月下旬	食の匠による講座 (お茶餅) (全1回)	募集定員10名
	10月27日 (金) ピラテス教室		
11月	11月2日 (木) リフレッシュ体操		
	11月9日 (木) コロコロつどりん教室		
	11月16日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	11月24日 (金) ピラテス教室		
	11月下旬	スマホ教室③	
	11月下旬	初心者そば打ち体験 (全1回)	募集定員10名
12月	12月7日 (木) リフレッシュ体操		
	12月14日 (木) コロコロつどりん教室		
	12月21日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	12月22日 (金) ピラテス教室		
1月	1月4日 (木) リフレッシュ体操		
	1月11日 (木) コロコロつどりん教室		
	1月18日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	1月26日 (金) ピラテス教室		
2月	2月1日 (木) リフレッシュ体操		
	2月8日 (木) コロコロつどりん教室		
	2月15日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	2月16日 (金) ピラテス教室	第4金曜日が休館日の為、第3金曜日に変更	
	2月中旬	笑いヨガ③	
3月	3月7日 (木) リフレッシュ体操		
	3月14日 (木) コロコロつどりん教室		
	3月21日 (木) やさしいエアロビクス教室		
	3月29日 (金) ピラテス教室		
計		65	