

2019

# 7月グッドエイジクラブ宇都宮 教室開催予定表

～ デイサービスよりアクティブに! ～

《ご注意》毎日実施している下記のプログラムは、カレンダーに記載していません

平行棒体操	70m歩行運動	上肢体操	下肢体操	体幹体操	マット体操
囲碁・将棋	麻雀	パソコン	カラオケ	ゴルフ	吹き矢
					リクゼーションカッセル
					水素吸引

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>人気教室! ラッキョウ</p> <p>★ 1 絵手紙教室</p> <p>★ 2 お菓子教室</p> <p>★ 3 パン教室</p>	1 手芸教室 買い物リハ	2 竹細工教室 手芸教室	3 手芸教室 相馬先生体操教	4 渡邊先生腸セラ 手芸教室	5 手芸教室 絵手紙教室	<p>7月の 教室予約は 6/25 13時より 受付します。</p> <p>ご予約は 直接事務所 窓口までお 越しくださ い。</p>
	8 講師ヨガ教室 パン教室	9 パン教室 磯先生花セラ 竹細工教室 渡邊先生ハドセラ	10 パン教室 スマホ初級	11 英会話教室 パン教室	12 パン教室 絵画(水彩画) 水沼先生体操教	
	15 お菓子教室 スマホ初級	16 英会話教室 竹細工教室 お菓子教室	17 お菓子教室 遊び文字教室	18 お菓子教室 麻雀初心者教室	19 絵手紙教室 先生遊び文字 お菓子教室	
	22 講師ヨガ教室 麻雀初心者教室 料理教室	23 料理教室 買い物リハ	24 麻雀初心者教室 渡邊先生腸セラ 料理教室	25 買い物リハ 料理教室 英会話教室	26 絵画(水彩画) 買い物リハ 料理教室	
	29 遊び文字教室 スマホ初級	30 竹細工教室 英会話教室	31 スマホ初級 買い物リハ			

## ◆今月の注目プログラム◆

- A 「買い物リハビリ」…近隣のスーパーにお買い物。料金は実費です。
- B 「料理教室・パン教室・お菓子教室」…男性の方でも大丈夫! 楽しく参加できる教室です。材料費500円～。
- C 「絵画教室」1作品材料費500円。「絵手紙教室」1回材料費300円。各定員6名 専門講師の先生をお招きした教室です。
- D 「竹細工教室」1作品材料費1000円 定員2名 4回連続して教室参加をお願いします。専門講師の先生をお招きした教室です。
- E 「花セラピー教室」「手芸教室」「料理・パン・お菓子教室」「大人の趣味教室」他については、材料を事前に準備いたします  
キャンセルされた場合は、材料費全額を頂きますのでご了承ください。予約は確実に参加できる教室をご予約してください。

《教室運営の関する注意事項 ～ご不明な点・ご意見等はお気軽に職員までお申し出ください～》

- ① 教室開始時間等の詳細はカレンダーをご覧ください。教室の予約は1階受付13時からとなります。
- ② 講師の日程や都合により曜日の固定や教室の変更が生じる事がありますので予めご了承ください。
- ③ 実費・材料費をお支払いいただくものについては、予約時にお支払いをお願い致します。後日のお支払いは受付しておりません。
- ④ 定員制のプログラムは4名です。必ず事前に「予約」をお願いいたします。
- ⑤ 料理教室・パン教室・お菓子教室・手芸教室は、多くの利用者様にご参加いただけるよう、おひとり様1回でお願いいたします。

## ◇教室別 開始時間表◇

遊び文字30分	10:30 (1F)	絵画絵手紙1時間	14:00 (1F)	英会話1時間	14:00 (1F)
買い物50分	14:00	パソコン・スマホ40分	13:30 (2F)	細川先生ヨガ60分	10:30 (2F)
料理2時間	10:00 (1F)	パン2時間	13:00 (1F)	花セラピー50分	13:00 (1F)
竹細工1時間	14:00 (1F)	ハドセラピー1時間	14:00 (2F)	お菓子90分	13:30 (1F)
		相馬先生体操教室	13:30 (2F)	手芸45分	14:00 (1F)
麻雀初心者50分	11:00 (1F)	水沼先生体操教室	14:00 (2F)		