

2021

1月グッドエイジクラブ宇都宮 教室開催予定表

～ ティー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おりません

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

リラケ・ヨガカパル

水素吸引

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日		
					1	<p>掲示板の教室案内を必ずご覧になってください。</p> <p>1月の教室予約は12/23 13時より受付します。</p> <p>ご予約は直接1階事務所窓口までお越しください。</p>	
年始は1/1～1/3までお休みとなっています。							
★1 パン教室	4 初心者スマホ教室1回 書道 パン教室	5 買い物リハ パン教室 竹細工教室	6 書道 買い物リハ パン教室	7 書道 英会話教室 パン教室	8 絵手紙教室 ハンドケア教室 パン教室		
	11 レジン教室 買い物リハ お菓子教室	12 レジン教室 英会話教室 お菓子教室 竹細工教室	13 レジン教室 ハンドケア教室 お菓子教室	14 買い物リハ 俳句教室 お菓子教室	15 初心者スマホ教室1回 買い物リハ お菓子教室		
	18 初心者スマホ教室2回 書道 ピザ教室 手芸教室	19 ハンドケア教室 買い物リハ 手芸教室 竹細工教室	20 遊び文字 ピザ教室 手芸教室	21 英会話教室 卓球 手芸教室	22 買い物リハ 先生遊び文字 絵手紙教室 手芸教室		
★2 お菓子教室	25 ハンドケア教室 買い物リハ 料理教室	26 蒔絵作り 料理教室 竹細工教室	27 蒔絵作り 買い物リハ 料理教室	28 英会話教室 ハンドケア教室 レジン教室 買い物リハ 料理教室	29 初心者スマホ教室2回 レジン教室 料理教室		
	★3 絵手紙教室						

◆今月の注目プログラム◆

- A 「買い物リハピリ」…近隣のスーパーにお買い物、料金は実費です。必ず保冷バックの持参をお願いします。※金銭の貸し借りは禁止です。
- 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(2日)材料費500円。「絵手紙教室」1回材料費300円。各定員5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3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(1週間前)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。
- F スマホLINE教室は1回,2回,3回連続の受講となります。単発は受付できません。スマホお持ちの方に限ります。
- G 初心者英語教室と折り紙教室は1回,2回連続の受講となります。単発は受付できません。脳トレ講座です！

＜教室運営に関する注意事項 ～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 予約をお取りになる前に、掲示されている教室案内を確認のうえ受付にお越し下さい。
- ② 教室は、必ず事前「予約」をお取りください。教室の予約は1階受付13時からとなります。料金のかかる教室の当日予約はお取りできません。
- ③ 教室開始時間等の詳細はカレンダーをご覧ください。教室によって定員が異なります。
- ④ 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。
- ⑤ 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。
- ⑥ 料理教室・パン教室・お菓子教室・手芸教室・買い物は、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。

※感染拡大予防のため、先生担当の教室は新型コロナウイルスが落ち着くまで見送らせていただきます。

◇教室別 開始時間表◇

先生遊び文字30分	10:30(1F)	絵画絵手紙60分	14:00(1F)	英会話60分	14:00(1F)
買い物50分	14:00	ピザ教室2時間	10:15(1F)	竹細工60分	14:00(1F)
料理2時間	10:15(1F)	パン2時間	13:00(1F)	お菓子75分	13:30(1F)
ハンドケア60分	14:00(2F)	初心者スマホ45分	14:00(1F)	手芸45分	14:15(1F)
書道30分	14:00(1F)	蒔絵作り2時間	13:00(1F)	遊び文字30分	14:00(1F)
レジン教室60分	14:00(1F)	卓球45分	14:00(2F)	俳句教室45分	14:00(2F)