



	日	月	火	水	木	金	土	
午前	<b>◎夏祭り</b> 24日(日) 1:30～2:30 千早高校和太鼓部の演奏 【申込】7月2日(土)～定員50名		【毎日の事業】 ◎朝のラジオ体操 ◎今日はあなたの誕生日		♥子育て中の方対象 ◎どなたでも★65歳以上の方対象 赤字は事業 黒字は自主活動	1 ◎貸室受付 太極拳&ストレッチ スマイル ♥食育講習会	2 ホワイト新体操クラブ	
午後	3	4	5	6	7	8	9	
午前	このマークは◎ホールであそぼ(20分交替、使えない時間あり)		コール・アダージョ	♥親子体操	骨盤体操♡	◎卓球タイム!	太極拳&ストレッチ Go!Go!マビヨガ	ホワイト新体操クラブ
午後	◎グループ卓球 ♥マッサージ(全身)	♥親子リトミック メモリーズ☆アート	♥親子体操	♥ちびっこおはなし会 トールペイントの会	◎卓球タイム!	★としまる体操 ひろばさくら会計チェック	楽しく絵手紙	
午前	10	11	12	13	14	15	16	
午後	◎グループ卓球 ♥マッサージ(全身)	♥親子リトミック メモリーズ☆アート	♥親子体操	♥ちびっこおはなし会 トールペイントの会	◎卓球タイム!	★としまる体操 ひろばさくら会計チェック	楽しく絵手紙	
午前	17	18	19	20	21	22	23	
午後	◎グループ卓球 ♥マッサージ(全身)	♥親子リトミック メモリーズ☆アート	♥親子体操	♥ちびっこおはなし会 トールペイントの会	◎卓球タイム!	★としまる体操 ひろばさくら会計チェック	楽しく絵手紙	
午前	24	25	26	27	28	29	30	
午後	◎グループ卓球 ♥マッサージ(全身)	♥親子リトミック メモリーズ☆アート	♥親子体操	♥ちびっこおはなし会 トールペイントの会	◎卓球タイム!	★としまる体操 ひろばさくら会計チェック	楽しく絵手紙	
午前	準備のため使えません	コール・アダージョ ♥親子リトミック		◎体幹エクササイズ	◎卓球タイム!	このマークの金曜日は 茜の里のパン販売あり 11時30分頃～第3金休み		
午後	◎夏祭り			◎体幹エクササイズ	◎卓球タイム!	このマークの金曜日は 茜の里のパン販売あり 11時30分頃～第3金休み		
午前	◎卓球タイム! 7・21・28日(木) 9:30～11:20 定員12名 9時25分時点で定員を超えた場合は抽選(上履き持参)	7日出張相談あり						◎音楽ひろば 20日(水) 1:30～2:10 定員15名 【申込】7月6日(水)～
午後	◎卓球タイム! 7・21・28日(木) 9:30～11:20 定員12名 9時25分時点で定員を超えた場合は抽選(上履き持参)	◎音楽ひろば 20日(水) 1:30～2:10 定員15名 【申込】7月6日(水)～						◎グループ卓球 10日(日) 1グループ2～6名 9:30～10:10、10:20～11:00、11:10～11:40 2台、6枠 【申込】7月2日(土)～

**♥食育講習会** 講師：長崎健康相談所 栄養士  
**1日(金)** 1歳半以降のお子さんと保護者 定員5組  
**10:30～11:20**  
 幼児食～自分で食べたいをサポートしながら～  
 お話とメニュー紹介 実演あり 試食なし  
 【申込】受付中

**♥ベビーマッサージ** 講師：古城恵子氏  
 ～おしゃべりもしましょう～ パスタオル等持参  
 洋服を着たままのマッサージです  
**19日(火)** 8ヶ月までのお子さん 定員10組  
**10:30～11:30** 【申込】受付中

**♥親子リトミック** 講師：坂本久美子氏  
**11日(月)** 9ヶ月～2歳未満のお子さん 定員7組  
**25日(月)** 2歳～3歳未満のお子さん 定員5組  
**両日とも 10:30～11:00**  
 【申込】受付中

**♥ちびっこおはなし会** 講師：高山和子氏  
**13日(水)** 1歳半までのお子さん 定員7組  
**10:30～11:30** 【申込】受付中  
 お話と歌で、小さいお子さんも楽しめます

**♥親子体操** 講師：藤井芳子氏  
**5・12日(火)** 各クラス定員10組  
**10:40～11:00** あんよクラス(歩けるお子さん)  
**11:20～11:40** かけっこクラス(走れるお子さん 4歳未満)  
 【申込】受付中

**♥母の休日「セルフマッサージ(全身)」** 講師：水越朋美氏  
**10日(日) 10:00～10:45** 定員6名  
 パスタオル、フェイスタオル  
 水分持参、動きやすい服装で  
 【申込】受付中

**◎音楽ひろば** 講師：末松ちあき氏  
**20日(水) 1:30～2:10** 定員15名  
 【申込】7月6日(水)～

**◎グループ卓球**  
**10日(日)** 1グループ2～6名  
**9:30～10:10、10:20～11:00、11:10～11:40** 2台、6枠  
 【申込】7月2日(土)～

令和4年6月14日現在

事業等は新型コロナウイルス感染状況等により変更、中止になることがあります

