

令和6年 4月「みんなの元気塾サロン」

(赤字は休業日です。)

日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2 若返り体操 (10:00~11:00) 脳トレ (11:00~11:30)	3	4	5	6
	元気塾サロン				元気塾サロン	
7	8	9 若返り体操 (10:00~11:00)	10 健康マージャン (10:00~12:00)	11	12	13
	元気塾サロン		習字サロン (13:30~15:30)		元気塾サロン	
14	15	16 若返り体操 (10:00~11:00)	17	18	19	20
	元気塾サロン				元気塾サロン	
21	22	23 若返り体操 (10:00~11:00)	24 健康マージャン (10:00~12:00)	25	26	27
	元気塾サロン		習字サロン (13:30~15:30)		元気塾サロン	
28	29	30 若返り体操 (10:00~11:00)	令和6年度から、新たに第2・第4水曜日の午前中に「健康マージャン」を始めることにしました。初心者向けの健康マージャンで、楽しく、笑いながら脳の老化防止や活性化に繋がればなあと思っています。もちろん初心者ではないマージャンの達人もOKですし昔、おかしやったことあるけどなあという方などどなたでも参加OKです。AM10:00~12:00頃まで元気塾で待っています。			