

Beyond age

健幸

Happy and healthy days

自分らしく生きること

激しい運動じゃなくても
体を動かすことからできる健幸もある
体は動かさず、頭を使うことで
できる健康もある
ひとり一人が、それぞれの
生活にあったスタイルを

無理なく、出来る範囲から
いますぐ始められる
年齢を超えて

自分らしさを実現するサークル

Circle 01 } 世界に一つだけ 陶芸

指を使って物を作ることは
頭の活性化
手作りの味わいあるたった
一つの自分の作品
気軽にご参加を

Circle 02 } 駆け引きをしながら 麻雀

相手との駆け引きを頭と手
を使って楽しむ健康麻雀ク
ラブ
ぜひ一度、見学を

Circle 03 } 自分が気持ちよく カラオケ

感染対策を行いながら楽し
く唄い、ストレス解消
好きな音楽で気分もスッキ
リ
ぜひ見学を

Circle 04 } ラリーに夢中 バスピンポン

卓球の楽しさと穴を狙う楽
しさを同時に
みんなで気軽に楽しめるス
ポーツ
気軽に見学を

Circle 05 } 相手の考えを予想 将棋

自分の好きな形を作り、相
手の考えを予想しながら戦
う
まずは一度、気軽に覗いて

Circle 06 } 楽しみながら集中 ビリヤード

先々を考え作戦をたて、頭
と体を楽しく動かせる
入会者のほとんどは初心者
ぜひ一度、気軽に

緊急事態宣言の発令状況によって、休館の延長・行事の日程変更や中止などの可能性があります。そのときはホームページでお知らせします。

サークルに入っていない方対象の

カラオケを楽しむ会

9/22 (水)

午後1時～3時

コロナも暑さも

忘れられるひとときを

月間予定

	午前	午後
13 (月)	麻雀	
14 (火)	ワナゲ ビリヤード ゲートボール	舞踊 将棋 ビリヤード
15 (水)	ビリヤード 陶芸 ゲートボール	囲碁 将棋 ビリヤード
16 (木)	バスピン ビリヤード 編み物 ゲートボール	リズム カルタ ビリヤード
17 (金)	絵画	カラオケ 囲碁 絵画
21 (火)	書道 らくらくピアノ ビリヤード ゲートボール	舞踊 将棋 ビリヤード
22 (水)	茶道と着物 らくらく ピアノ ビリヤード ゲートボール 陶芸	囲碁 将棋 ビリヤード
24 (金)	大正琴 絵画	カラオケ 囲碁 絵画
27 (月)	麻雀	
28 (火)	ワナゲ ビリヤード ゲートボール	舞踊 将棋 ビリヤード
29 (水)	陶芸	
30 (木)	フラダンス 大正琴	気功体操