



2022 令和4年 7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2パソコン ジャイロ 13:30
3	4 歌 13:30	5 セミナー イス体操 13:30	6 パソコン パソコン 太極拳 18:00	7 パソコン ワタス 13:30 ヨガ教室 18:00	8 書道 13:30	9 パソコン Cooking 10:00 イス体操 13:30
10	11 食の話 13時	12 Cooking 13:00 ジャイロ 13:30	15 パソコン パソコン 太極拳 18:00	14 パソコン ワタス 13:30 ハワイアン楽器 ヨガ教室 18:00	15 算命学 13:30	16 パソコン ジャイロ 13:30 Cooking 13:00
17 セミナー	18	19 イス体操 13:30	20 パソコン パソコン 太極拳 18:00	21 パソコン ワタス 13:30 ヨガ教室 18:00	22 クッキング 12:00 書道 13:30	23 パソコン イス体操 13:30 食の話 14時
24 /31	25	26 ジャイロ 13:30 Cooking 18:00	27 パソコン パソコン 太極拳 18:00	28 パソコン ワタス 13:30 ハワイアン楽器 ヨガ教室 18:00	29	30

7月 グリーンカレー

今年の夏カレーは、グリーンカレー！久々ですね。2022バージョンで行きますよ～
もちろん、おそうめんを添えて！デザートは、シンプルゼリー！とてつもなく、シンプル！??

食の話； 13日・月曜 13:00～ 23日・土曜 14:00～ 2,000円

歌の教室； 4日・第1月曜 13:30～15:00 2,000円

算命学； 15日・第3金曜 13:30～15:30 3,000円

太極拳； 毎週水曜 18:00(17:30)～19:00 4,000円 (月謝)

書道； 8日・金曜 13:30～ 22日・金曜 13:30～ 3,000円

ハワイアン楽器； 14日・28日・第2・4木曜 15:30～ 1,000円 (1回) new!

料理教室すーぷの家 受講料1ヶ月3000円(材料費込み)

シニアスクール MURAI

※ 4ヶ月分前納割引 10,000円;(材料費込み)



すーぷの家 村井純子 090-6838-1457