

2025 令和7年 3月



日	月	火	水	木	金	土
						1 パソコン
2	3 歌 13:30	4	5 パソコン パソコン	6 パソコン フラダンス13時30 小杉鑑定13時 ヨガ教室18:00	7 スープの日 放課後クラブ	8 パソコン
9	10 朗読会 13:30~	11 書道11:00 Cooking13時	12 パソコン パソコン	13 パソコン Cooking広島 フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	14 放課後クラブ	15 Cooking 10:00
16	17 Cooking 10時30	18 パソコン 歌謡ダンス 13:30~	19 パソコン パソコン	20	21 スープの日 放課後クラブ	22 パソコン *手マッサージPM 2
23 30	24 31	25 書道11:00 Cooking 18時	26 パソコン パソコン	27 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	28 放課後クラブ	29



3月 乾物・缶詰・卓上コンロ



切り干しや、干しきのこ、缶詰を使ってご飯やサラダを作りましょう！備蓄食材を使って食事を作る体験。一度はやっておきませんか？いざという時の為に！

👉 6(木)13時~17時 開運鑑定 小杉哲 ご予約 5名様 ムライ迄 09068381457

👉 10(月)13時30~ 朗読会 笠間さんの朗読会が始まります♪ 放課後クラブのサークルです。どなたでも！

👉 11(火)13時30~ 歌謡ダンス 湊さんの歌謡曲で踊りましょう~♪ 放課後クラブのサークルです。どなたでも！

・クラブ活動日 (他の日も、クラブ活動できる日にちを予約できます♪お尋ね下さい。ムライまで)

歌の教室 ; 月曜 3日 13:30~ 2,500円

書道 ; 火曜 11.25日 11:00~ 3,000円

*手マッサージ ; 土曜 22日 14:00~ 2000円~4000円

👉 お知らせ！ 3月から、料理の材料費を上げさせていただきます。 (-_-;) (・・;)



料理教室すーぷの家 受講料1ヶ月3,200円(材料費込み)



シニアスクール MURAI

※ 4ヶ月分前納割引 11,000円;(材料費込み)

すーぷの家 村井純子 090-6838-1457