			通年調	講座(会	和7年	4月~		₹3月)							
講座名	開催曜日と時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	回数	備考
1民謡	第1・3月曜 午前10時~	7	休	2	7	4	1	6	休	1	5	2	2	月2回	
		21	19	16	休	18	休	20	17	15	19	16	16		
②民踊	第1・3月曜 午後1時~	7	休	2	7	4	1	6	休	1	5	2	2	月2回	※民踊 9月15日→9月29日へ振り替え
		21	19	16	休	18	(29)	20	17	15	19	16	16		9月15日→9月29日へ振り替え
③英会話	第2・4火曜 午後1時~	8	13	10	8	12	9	14	11	9	13	10	10	月2回	
		22	27	24	22	26	休	28	25	23	27	24	24		
④ウクレレ	第1・3水曜 午前10時半~	2	7	4	2	6	3	1	5	3	7	4	4	月2回	
		16	21	18	16	20	17	15	19	17	21	18	18		
⑤詩吟	第1・3水曜 午後1時~	2	7	4	2	6	3	1	5	3	7	4	4	- 月2回	
		16	21	18	16	20	17	15	19	17	21	18	18		
⑥書道	第1・2金曜 午前10時~	4	2	6	4	1	5	3	7	5	休	6	6	月2回	
		11	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	13		
⑦華道A	第3火曜 午後1時~2時	15	20	17	15	19	16	21	18	(26)	20	17	17	月1回	※華道A・B 12/26(木)正月花 12月16日→12月26日へ振り替え
◎華道B	第3火曜 午後2時~3時	15	20	17	15	19	16	21	18	(26)	20	17	17		
9趣味の絵手紙	第2火曜 午前9時半~	8	13	10	8	12	9	14	11	9	13	10	10	月1回	
10茶道	第2・4水曜 午前10時~	9	14	11	9	休	10	8	12	10	14	休	11	月2回	X00/XZ7/L 0/120L (1/
			20	25	22	07	0.4	20	26	0.4	20	25	25		
		23	28	25	23	27	24	22	26	24	28	25	28		
11)コーラス	第2木曜 午後1時~	10	8	12	10	14	11	9	13	11	8	12	12	月1回	
12水墨画	第3金曜 午前10時~	18	16	20	18	15	19	17	21	19	30	20	休	月1回	※水墨画 1月16日→1月30日へ振り替え
③フラダンス初心者教室	第1火曜 午後1時~	1	休	3	1	5	2	7	4	2	6	3	3	月1回	※フラダンス初心者教室 5月6日→9月30日へ振り替え
少さわやかヨガ	第2水曜 午後1時半~	9	14	11	9	13	10	8	12	10	14	休	11	月1回	
15コグニダンス運動	第2・4月曜日 午前10時~	14	12	9	14	休	8 22	休	10	8	休	9	9	- 月2回	※コグニダンス運動 8月11日→9月29日へ振り替え
		28	26	23	28	25	29	27	休	22	26	休	23		

半年講座(前期:令和7年4月~令和7年9月)※後期の申込は8月頃の予定です

講座名	開催曜日と時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	備考
16リフレッシュヨガ		1	20	3	15	5		※リフレッシュヨガ(上期)
	第1・3火曜 午前10時~	15	30	17	29	休	16	5月6日→5月30日へ振り替え 7月1日→7月29日へ振り替え 8月19日→9月30日へ振り替え
①代謝アップヨガ	第2・4木曜 午前10時~	10	8	12	10	14	11	
	第2·4小唯一一用10时。	24	22	26	24	28	25	
18 やさしい健康体操	第1・3木曜 午前10時~	3	1	5	3	7	4	
		17	15	19	17	21	18	
19筋力アップ体操	第1・3木曜 午後1時半~	3	1	5	3	7	4	
		17	15	19	17	21	18	
②リズム体操	第4.0十頭 左前4.0時。	5	休	7	5	2	6	
	第1・3土曜 午前10時~	19	17	21	19	16	20	
②1→ ★ □ ★ □ ★ □ ★ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	第2・4水曜 午前10時~		14	11	9	休	10	
②立太極拳			28	25	23	27	24	