

## いきいき生涯学習塾

2026年1月

教室場所：ATC  
ビルITM棟11階

| 日     | 月     | 火  | 水   | 木   | 金  | 土   |
|-------|-------|--|---|---|--|---|
| 12/28 | 12/29 | 12/30  | 12/31   | 1/1   | 1/2  | 1/3   |
| 1     | 休み    | 年末休み   | 年末休み  | 年始休み  | 年始休み   | 年始休み  |
| 2     | 1/4   | 1/5  | 1/6   | 1/7   | 1/8  | 1/9   |
|       |       | ★筆ペン・ボールペン<br>教室【1室】<br>10:30~12:00<br>★火曜健康麻雀<br>【3室】<br>12:00~16:00<br>★水彩画教室【1室】<br>14:00~16:30         | ★Sinbiフレッシュ<br>体操【大室】<br>14:00~15:30  | Aトミーの園芸【3室】<br>12:00~13:30  | ★ゆかいな歌会【1室】<br>13:30~15:00<br>★楽しく踊ろう<br>フラレッスン【3室】<br>15:10~16:30           | ★健康麻雀南港会<br>【2・3室】<br>12:00~16:00                                     |
| 3     | 1/11  | 1/12   | 1/13  | 1/14  | 1/15   | 1/16  |
|       |       | ★書道教室【1室】<br>10:30~12:00<br>★火曜健康麻雀<br>【2室】<br>12:00~16:00<br><b>A</b> スザンカ先生の<br>ヨガ＆英語【3室】<br>14:00~16:30 | ★優しいストレッチ健<br>康ストレッチ【3室】<br>12:00~13:30<br>★Sinbiフレッシュ<br>体操【大室】<br>14:00~15:30               | ★オカリナ演奏講座<br>【1室】<br>10:30~12:00                                      | <b>A</b> 折紙教室<br>【1室】<br>10:30~12:00<br>★楽しく踊ろう<br>フラレッスン【3室】<br>14:00~15:30 | ★健康麻雀南港会<br>【2・3室】<br>12:00~16:00                                     |
| 4     | 1/18  | 1/19   | 1/20  | 1/21  | 1/22   | 1/23  |
|       |       | ★筆ペン・ボールペン<br>教室【1室】<br>10:30~12:00<br>★水彩画教室【1室】<br>14:00~16:30<br>★火曜健康麻雀<br>【3室】<br>12:00~16:00         | ★Sinbiフレッシュ<br>体操【イベントホール】<br>14:00~15:30   | <b>A</b> 仏画教室【1室】<br>10:30~13:00<br><b>A</b> 英国サロン【1室】<br>13:30~15:00 | ★ゆかいな歌会<br>【1室】<br>13:30~15:00<br>★楽しく踊ろう<br>フラレッスン【3室】<br>15:10~16:30       | ★健康麻雀南港会<br>【2・3室】<br>12:00~16:00                                     |
|       | 1/25  | 1/26   | 1/27  | 1/28  | 1/29   | 1/30  |
|       |       | ★書道教室【1室】<br>10:30~12:00<br><b>A</b> スザンカ先生のヨガ<br>＆英語【3室】<br>14:00~16:30<br>★火曜健康麻雀<br>【2室】<br>12:00~16:00 | ★優しいストレッチ健<br>康ストレッチ<br>【イベントホール】<br>12:00~13:30<br>★Sinbiフレッシュ<br>体操【イベントホール】<br>14:00~15:30 | ★オカリナ演奏講座<br>【1室】<br>10:30~12:<br>00                                  |  | ★土曜日水彩画教室<br>【1室】<br>10:30~12:00<br>★健康麻雀南港会<br>【2・3室】<br>12:00~16:00 |

11階エイジレスセンターは12月29日(月)～1月3日(土) 年末年始休館となります

★印あり 連絡先:丸山:080-2401-1302/ 井戸:090-8522-6175  
**A** 印あり 同:エイジコンサーン学習塾 06-6615-1250

ホームページ:「健康いきいきNET」⇒「いきいき生涯学習塾」からお入りください。メールアドレス:ikikinet1423@gmail.com