

# 地域交流サロン このはな H30年10月の予定表

開所時間 午前10:00～午後4:00  
 ※ 時間指定の無いものは終日行っています。  
 ※ 予定内容は都合により変更になることがあります。

日	火	水	木	金
<b>1</b> 絵手紙 10:00～16:00	<b>2</b> みんなで 歌いましょう 10:00～ 12:00 おしゃべり 	<b>3</b> ゆったりストレッチ 10:30～12:00 おしゃべり 	<b>4</b> パッチワーク あみもの・こもの 10:00～16:00	<b>5</b> パソコン学習 10:00～ 16:00 
<b>8</b>  体育の日	<b>9</b> スタッフ会議 10:00～12:00 グラウンド・ゴルフ 10:00～12:00	<b>10</b> カーリンコン 10:30～ カレーでランチ 11:30～ 利用料+200円 	<b>11</b> あみもの・こもの 10:00～16:00	<b>12</b> 脳も体も活発に 柿沼英樹さん 13:30～ 15:00 
<b>15</b>  絵手紙 10:00～ 16:00	<b>16</b> ふまねっと運動 10:30～ 12:00 おしゃべり 	<b>17</b> ゆったりストレッチ 10:30～12:00 おしゃべり	<b>18</b> フライパンでパン 明治・堤 秀子さん 10:30～12:30	<b>19</b>  パッチワーク こもの 10:00～ 16:00
<b>22</b> パソコン学習 10:00～ 16:00 	<b>23</b>  写経 大人のぬり絵 10:00～16:00	<b>24</b> グラウンド・ゴルフ 10:00～12:00 おしゃべり	<b>25</b> 天神山で紅葉狩り  サロンは開いています	<b>26</b> あみもの・こもの 10:00～16:00
<b>29</b>  おしゃべりカフェ 10:00～ 16:00	<b>30</b> このはな喫茶 10:00～16:00 カラオケ 13:30～15:00	<b>31</b> カードゲーム 10:30～12:00 おしゃべり 13:30～16:00		