




# よって館☆宙(そら) 4月

高山市七日町1丁目清徳会宙交流館1階 ☎ 32-2411

9:00~17:00まで 月曜日休館

よって館 宙は オムツ交換、トイレ休憩 井戸端会議おしゃべり など 気軽に立ち寄って 頂ける場所です

月	火	水	木	金	土	日		
<p>予約が無くとも見学、参加、どうぞ♡”</p> <p>★木曜日 写仏 うたの会ひばり</p> <p>★土曜 おりがみサークル</p> <p>★日曜 写経、午後 おしゃべり手芸。</p> <p>★将棋サロン、ラジオ体操</p>			<p><b>健康体操とは？</b></p> <p>高齢者健康教室(ひざ腰元気教室)を終了後、一週間に一度、グループ・会を作り健康体操をしながら、情報交換など楽しんで集ってみえます。</p> <p>興味のある方は、いつでも見学に来てください。</p>			<p>1</p> <p>10時~11時30分 写経</p> <p>午後1時30分~ おしゃべり手芸</p>		<p>★おりがみサークル★</p> <p>土曜日 午後1:30~3:30</p> 
2	3	4	5	6	7	8		
休館日	<p>9:30~健康体操 弥生会</p> <p>13:30~健康体操 エーデルワイス</p>	<p>健康体操 美女会</p> <p>健康体操 ひだっ娘 将棋サロン</p>	<p>写仏</p> <p>午後1時30分~ うたの会 ひばり</p>	<p>9:30~11:30健康体操 スマイル</p> <p>13:30~健康体操 なでしこ高山 将棋サロン</p>	<p>健康体操 さくらんぼ</p> <p>午後1:30~3:30 おりがみサークル</p>	<p>10時~11時30分 写経</p> <p>午後1時30分~ おしゃべり手芸</p>	<p>日曜日の10時から</p> <p>★ 写経 ★</p> <p>サインペン・筆ペンから始めてみませんか♡”</p>	
9	10	11	12	13	14	15		
休館日	<p>9:30~ 弥生会</p> <p>13:30~ エーデルワイス</p>	<p>美女会</p> <p>ひだっ娘 将棋サロン</p>	<p>写仏</p> <p>午後1時15分 押し花教室</p>	<p>9:30~11:30 スマイル</p> <p>午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン</p>	<p>さくらんぼ</p> <p>午後1:30~3:30 おりがみサークル</p>	<p>10時~11時30分 写経</p> <p>午後1時30分~ おしゃべり手芸</p>	<p>日曜日、1時30分から</p> <p>★ おしゃべり手芸 ★</p> <p>やりかけの手芸や ボタン付けでも何でもどうぞ</p> 	
16	17	18	19	20	21	22		
休館日	<p>9:30~ 弥生会</p> <p>13:30~ エーデルワイス</p>	<p>美女会</p> <p>ひだっ娘 将棋サロン</p>	<p>写仏</p> <p>午後1時30分~ うたの会 ひばり</p>	<p>9:30~11:30 スマイル</p> <p>午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン</p>	<p>さくらんぼ</p> <p>午後1:30~3:30 おりがみサークル</p>	<p>10時~11時30分 写経</p> <p>午後1時30分~ おしゃべり手芸</p>	<p>木曜日、10時</p> <p>写仏は</p> <p>仏さまの絵を なぞって描き、色を付けたり。 詩の音読、気ままに♡”</p>	
23	24	25	26	27	28	29		
休館日	<p>9:30~ 弥生会</p> <p>13:30~ エーデルワイス</p>	<p>美女会</p> <p>午後1時15分~ 押し花教室 将棋サロン</p>	<p>写仏</p> <p>ラジオ体操の時間</p>	<p>9:30~11:30 スマイル</p> <p>午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン</p>	<p>さくらんぼ</p> <p>午後1:30~3:30 おりがみサークル</p>	<p>10時~11時30分 写経</p> <p>午後1時30分~ おしゃべり手芸</p>	<p>29 昭和の日</p> <p>午後1時30分から</p> <p>♪うたの会 ひばり♪</p> <p>4月 木曜日 5日、19日</p> 	
30								

出掛ける時は、ペットボトルなどに飲み物を準備し、水分補給をしましょう♡”  
火曜日から日曜日まで いつでもどうぞ ♡”