

よって館☆宙(そら)6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	
健康体操とは？ 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 楽しんで集って見えます。 興味のある方は、いつでも見学に来てください。				1	2	3	★おりがみサークル★ 土曜日 午後1:30~3:30
				9:30~11:30健康体操 スマイル 13:30~健康体操 なでしこ高山 将棋サロン	健康体操 さくらんぼ 午後1:30~3:30 おりがみサークル	10時~11時30分 写経 午後1時30分~ おしゃべり手芸	
4	5	6	7	8	9	10	日曜日の10時から ★写経★ サインペン・筆ペンから 始めてみませんか？
休館日	9:30~健康体操 弥生会 13:30~健康体操 エーデルワイス	美女会 *おさんぽ総和 ひだっ娘 将棋サロン	写仏 午後1時30分~ うたの会 ひばり	9:30~11:30 スマイル 13:30~ なでしこ高山 将棋サロン	さくらんぼ 午後1:30~3:30 おりがみサークル	10時~11時30分 写経 午後1時30分~ おしゃべり手芸	
11	12	13	14	15	16	17	日曜日、1時30分から ★おしゃべり手芸★ やりかけの手芸や ボタン付けでも何でも どうぞ
休館日	9:30~ 弥生会 13:30~ エーデルワイス	健康体操 美女会 健康体操 ひだっ娘 将棋サロン	写仏 午後1時15分 押し花教室	9:30~11:30 スマイル 午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン	さくらんぼ 午後1:30~3:30 おりがみサークル	10時~11時30分 写経 午後1時30分~ おしゃべり手芸	
18	19	20	21	22	23	24	木曜日、10時 写仏は 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？
休館日	9:30~ 弥生会 13:30~ エーデルワイス	美女会 *おさんぽ総和 ひだっ娘 将棋サロン	写仏 午後1時30分~ うたの会 ひばり	9:30~11:30 スマイル 午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン	さくらんぼ 午後1:30~3:30 おりがみサークル	10時~11時30分 写経 午後1時30分~ おしゃべり手芸	
25	26	27	28	29	30		午後1時30分から ♪うたの会 ひばり♪ 6月は 木曜日 7日、21日
休館日	9:30~ 弥生会 13:30~ エーデルワイス	美女会 午後1時15分~ 押し花教室 将棋サロン	写仏 ラジオ 体操の時間	9:30~11:30 スマイル 午後1時30分~ なでしこ高山 将棋サロン	さくらんぼ 午後1:30~3:30 おりがみサークル		

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