

2021年

11月の行事カレンダー

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・変更となる場合があります

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	文化の日	10:00 書道 10:00 英会話 10:30 ストレッチ体操 (区民センター)	9:00 レッツウォーキング! (鶴見緑地公園) 10:00 3B体操 10:00 詩吟1 10:30 絵てがみA 13:00 詩吟2 13:30 絵てがみB 13:00 保健福祉センター健康講座 「高齢者の食生活」	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D
		13:30 手話講座 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D				
7	8	9	10	11	12	13
休館日	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 着付け(1講) 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	10:00 作品展準備 13:00 華道	9:10 作品展 10:00 オープンホビー(自主) 10:00 民踊(会)	9:10 作品展 12:30 楽園句会 13:00 川柳(自主)	9:30 介護予防教室 10:00 太極拳 10:00 詩吟1 13:00 詩吟2 13:30 つるみLINE練習会 13:30 すこやかマツサージ(1) 14:30 すこやかマツサージ(2)	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 12:30 パソコン 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D
14	15	16	17	18	19	20
休館日	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 12:30 鶴見句会 13:30 包丁研ぎ 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	13:30 アロマストレッチ	10:00 筆ペン字・初心者筆ペン字 10:00 民踊(広間) 13:00 ボランティア 13:30 からだほぐし① 14:00 暮らしのボールペン字 14:30 からだほぐし②	10:00 英会話 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 スマホ体験教室 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	10:00 3B体操 10:00 詩吟1(1講) 10:00 手づくり教室(自主) 13:00 詩吟2(1講)	10:00 エンジョイ体操 12:30 パソコン
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 着付け(1講) 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	勤労感謝の日	9:30 寝転びストレッチ 10:00 民踊(会) 11:00 寝転びストレッチ 12:30 玉梓大阪句会 13:30 経絡ストレッチ	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	10:00 簡単!ヨガ体操(いす) 11:00 簡単!ヨガ体操(マット) 13:00 お誕生日写真撮影 13:30 つるみLINE練習会	10:00 エンジョイ体操
28	29	30	囲碁・将棋・バンパー予約		【卓球予約】	
休館日	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 百歳体操C 15:00 百歳体操D	13:00 華道 14:00 レッツウォーキング!	申込：毎週金曜日に翌1週間分の予約受け付けます 定員：各20名(囲碁・将棋) 定員：各10名(バンパー午前・午後)		申込：11月1日～13日 10月30日(土)より 11月15日～27日 11月13日(土)より ※予約制です。来館か電話でお申込みください。	

川柳

色つけて貴女と会話盛り上げる
 婆の背は小唄うたうとピンとなり
 ほぞを噛む思いしている元首相
 噛み殺す前にざん悔か祈り虫
 淑やんの半端なかつた好奇心
 レーダーで雨雲さけて散歩中
 庭いじり老婆の血でも噛み付く蚊
 久々に泣いて見せよう名演技

小椋世津子
 小松啓二
 正瑞サチ子
 菅野守
 山口正榮
 栗山功
 岡田玲子
 赤嶺たえ

★パークゴルフクラブ★
11月の予定

- ・火曜クラブ(9時～) 9. 16
- ・寿楽会(13時～) 17
- ・はとぼっぽ(13時～) 4. 11. 18. 25
- ・あんず(9時～) 6. 13. 20. 27

※市内在住の60歳以上の方ご利用いただけます。初めての方は受付で利用登録してください(年齢・住所確認できるものをご提示ください)