

那覇市安謝老人憩の家 11月行事予定表 (令和2年度)

日付	曜日	時間	内容	場所
2	月	10:00~12:00 10:00~12:00 11:30~16:00	グラウンドゴルフ同好会 書道講座 囲碁同好会(2部制)	天久ちゅらまち公園 工作室 中広間
3	火	<b>文化の日のため休館</b> (太鼓は10日に振替、民踊、三線初級はお休みです)		
4	水	10:30~12:00 13:00~15:00	ペン字同好会 琉舞講座	工作室 多目的ホール
5	木	10:00~11:30 13:00~15:00 13:00~15:00 15:10~16:40	★ロコモ体操★ ★フラダンス講座★ 三線同好会 ★ウクレレ講座★	多目的ホール 多目的ホール 工作室 工作室
6	金	10:00~12:00 10:30~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 13:30~15:30	三線民謡講座 ボウリング同好会 レクダンス・レク体操講座 象棋(チュンジー)同好会 三線基礎	工作室 てだこボウル 多目的ホール 中広間 工作室
7	土	13:00~15:00	三線同好会	工作室
9	月	11:30~16:00	囲碁同好会(2部制)	中広間
10	火	10:00~12:00 13:00~15:00 15:00~17:00	民踊講座 太鼓講座 三線初級	多目的ホール 多目的ホール 工作室
11	水	13:00~15:00 14:00~15:30	琉舞講座 短歌同好会	多目的ホール 工作室
12	木	10:00~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 15:10~16:40	太極拳講座 ★フラダンス講座★ 歌・三線古典音楽講座 ★ウクレレ講座★	多目的ホール 多目的ホール 工作室 工作室
13	金	10:30~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 13:30~15:30	ボウリング同好会 レクダンス・レク体操講座 象棋(チュンジー)同好会 三線基礎	てだこボウル 多目的ホール 中広間 工作室
14	土	13:00~15:00	三線同好会	工作室



赤い羽根共同募金へのご協力  
よろしくお願ひいたします。  
各講座の時間に募金箱を出しています。



TEL : 862-4341 / FAX : 862-4352



日付	曜日	時間	内容	場所
16	月	10:00~12:00 10:00~12:00 11:30~16:00	グラウンドゴルフ同好会 書道講座 囲碁同好会(2部制)	天久ちゅらまち公園 工作室 中広間
17	火	10:00~12:00 13:00~15:00 15:00~17:00	民踊講座 太鼓講座 三線初級	多目的ホール 多目的ホール 工作室
18	水	10:30~12:00 13:00~15:00	ペン字同好会 琉舞講座	工作室 多目的ホール
19	木	10:00~11:30 13:00~15:00 13:00~15:00 15:10~16:40	★ロコモ体操★ ★フラダンス講座★ 三線同好会 ★ウクレレ講座★	多目的ホール 多目的ホール 工作室 工作室
20	金	10:00~12:00 10:30~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 13:30~15:30	三線民謡講座 ボウリング同好会 レクダンス・レク体操講座 象棋(チュンジー)同好会 三線基礎	工作室 てだこボウル 多目的ホール 中広間 工作室
21	土	13:00~15:00	三線同好会	工作室
23	月	<b>勤労感謝の日のため休館</b> (グラウンドゴルフ、囲碁はお休みです。)		
24	火	10:00~12:00 15:00~17:00	民踊講座 三線初級	多目的ホール 工作室
25	水	10:30~12:00 13:00~15:00 14:00~15:30	ペン字同好会 琉舞講座 短歌同好会	工作室 多目的ホール 工作室
26	木	10:00~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 15:10~16:40	太極拳講座 ★フラダンス講座★ 歌・三線古典音楽講座 ★ウクレレ講座★	多目的ホール 多目的ホール 工作室 工作室
27	金	10:30~12:00 13:00~15:00 13:00~15:00 13:30~15:30	ボウリング同好会 レクダンス・レク体操講座 象棋(チュンジー)同好会 三線基礎	てだこボウル 多目的ホール 中広間 工作室
28	土	13:00~15:00	三線同好会	工作室
30	月	<b>第5週のため教室・同好会はお休みです。</b>		

※ 行事予定は裏面へつづきます!

## 【11月のお知らせ】

### 60歳からはじめる フラダンス講座

◆開催日：10月1日～12月10日までの毎週木曜日

午後1時～3時

◆場 所：多目的ホール

◆参加費：無料

◆講 師：堀江 好美 先生

◆定員：15名



### 『ロコモ体操同好会会員募集!』

加齢と共に衰えがちな、立つ・歩くための機能を鍛える体操です。

永淵先生の元気な指導でパワーをもらえる楽しい教室ですよ!

◆ 持ち物：飲み物、ゴムボール、ゴムバンド

(持っていない方は購入をお願いします)

◆ 定 員：20名

◆ 会 場：多目的ホール

◆ 講 師：永淵 悦子

◆ 会 費：500円/月×3ヶ月分=1500円(1月～3月分まで前納)

◆ 要申込：※定員に達し次第締切ります。人気の講座です。申し込みはお早めに!

※ ロコモ体操教室は令和3年1月よりロコモ同好会となります。定員20名まで先着のこり8名です希望者は早めにお申し込みください。



## ＜教室・同好会の準備・片づけについて＞

準備は教室・同好会の開始15分前からお願いいたします。10時から始まる場合は、9時45分から入館可能となります。余裕をもって準備したいという方が多いかと思いますが、憩の家の円滑な運営のためご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、使用後の部屋のお掃除も皆さんでやっていただくよう併せてお願い致します。

## 【感染予防対策～「3つの密（密閉・密集・密接）」の回避～】

- \* 発熱等風症状のある方、体調のすぐれない方は利用をお控えください。
- \* 施設内の開閉可能な窓、及び扉は開放し換気の良い状態をご利用ください。
- \* 多くの方が密集しないようにしてください。
- \* こまめな手指衛生と咳エチケットの徹底をお願いします。また施設利用の際は必ず**マスクの着用**をお願いします。
- \* 手を伸ばしたら届く距離での会話や発声は行わないようにしてください。



## 【12月のお知らせ】

### ＜年末大掃除＞

1年のよごれをすっきり落とし、気持ちよく新年を迎えましょう。

\*日 時：12月18日（金）10：00～

ご協力よろしく申し上げます。



### アロマクラフト講座



アロマの香りに癒されながらアロマのお話しきいてみませんか?

クラフトはハンドジェルをつくる予定です。

◆開催日：11月末もしくは12月初旬に開催予定(日程は現在調整中!)

◆場 所：工作室

◆参加費：1500円(材料費)

◆講 師：おきなわアロマ ペタルーナ

◆定員：10名

◆申し込み：11月2日(月)～ ※定員に達し次第締切ります。

