令和5年 1月

早良障がい者フレンドホーム 主催教室　月間予定表

早良フレンド YouTube

@sawarafriend9987

は運動教室

は文化教室

は単発教室

月	火	水	木	金	土	日
						1 休館日
2 休館日	3 休館日	4 折り紙 10：00～12：00 書道（硬筆・毛筆） 13：00～15：00 放課後こども運動 17：00～18：30	5	6 はじめてのダンス 17：00～18：00	7 リラックス 10：00～11：00 中高生運動 15：00～16：00	8 こどもアート 10：00～11：00
9 休館日	10 リフレッシュ 9：40～10：40 健康マット(西) 10：00～11：30	11 放課後こども運動 17：00～18：30	12 リハビリ 10：00～12：00	13 こどもパソコン 17：00～18：00	14 エンジョイスポーツ 10：00～11：00 アクティブスポーツ 11：30～12：30 大人アート 14：00～15：30	15 リトミック 9：00～ 9：45 10：00～10：45 軽度知的PC 10：00～12：00 はじめての手話 13：30～15：00
16 休館日	17 ピラティス 10：00～11：00 フィットネス 11：00～12：00	18 書道（硬筆・毛筆） 13：00～15：00 放課後こども運動 17：00～18：30	19 リハビリ 10：00～12：00	20 はじめてのスマートフォン 10：00～12：00 はじめてのダンス 17：00～18：00	21 リラックス 10：00～11：00 中高生運動 15：00～16：00	22 講座（日本語） 14：00～15：00
23 休館日	24 リフレッシュ 9：40～10：40 健康マット(西) 10：00～11：30	25 キッズサッカー 17：00～18：00	26 リハビリ 10：00～12：00	27 はじめてのスマートフォン 10：00～12：00 こどもパソコン 17：00～18：00	28 エンジョイスポーツ 10：00～11：00 アクティブスポーツ 11：30～12：30 大人アート 14：00～15：30	29 点検日
30 休館日	31					

要チェック！