

2024 令和6年 8月



日	月	火	水	木	金	土
				1 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	2 zzzz 	3 パソコン
4	5 歌13:30	6 書道11:00	7 パソコン	8 パソコン フラダンス13時30 小杉	9 スープの日 琴二人演奏会	10 パソコン パソコン
11	12	13	14	15	16	17
18	19 パソコン	20 Cooking 13時	21 パソコン	22 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	23 スープの日 マヤ歴鑑定	24 パソコン ココロcafé午後
25	26 仏画切り絵教室 13:30-15:30	27 書道11:00 Cooking 18時	28 パソコン パソコン	29 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	30 zzzz 	31 Cooking10時

8月 イタリアンモーニング



イタリアの朝ごはん・玉子に野菜たっぷりの手抜きオムレツと、トマトのカプレーゼ♪夏を乗り切る～！

※ お盆休みを挟むので、皆さまのご都合の良いクラスを選択して下さい。8月はお休みバージョンです。

👉 **8(木)** 小杉哲先生鑑定日 13:00～ 5名まで・お一人40分 要予約 (村井まで)

👉 **9(金)** 琴二人演奏会 13:00～無料 11時からのランチはご予約下さい(村井まで)

スープの日 ; **9,23日** 11:00～15:00 どなたでも♪ 1,000円スープ・パン・珈琲・スムージー

マヤ歴鑑定 ; 第4金曜 **23日** 11:00～ 1,000円 (15分)

歌の教室 ; 月曜 **5日** 13:30～ 2,500円

書道 ; 火曜 **6日・27日** 11:00～ 3,000円

仏画切り絵教室:月曜 **26日** 13:30～ 3,000円

ココロcafé ; 土曜 **24日午後** アロママッサージ 1000円～5000円

メンタルケアの専門家がマッサージします。熟睡出来ますよ～ おすすめです♪

料理教室すーぷの家 受講料1ヶ月3000円(材料費込み)

※ 4ヶ月分前納割引 10,000円;(材料費込み)

シニアスクール MURAI



すーぷの家 村井純子 090-6838-1457