

2025 令和7年 1月



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 歌 13:30	7 報恩舎セミナー 10時	8 パソコン パソコン 小杉鑑定13時	9 パソコン Cooking 広島 フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	10 zzzz	11 パソコン
12	13	14 書道11:00 Cooking 13時	15 パソコン パソコン	16 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	17 スープの日 セミナー-10時	18 パソコン Cooking 10時
19	20 Cooking 10時30	21	22 パソコン パソコン	23 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	24 マヤ歴鑑定	25 パソコン ✿手マッサージPM 2
26	27 仏画切り絵教室 13:30-15:30	28 書道11:00 Cooking 18時	29 パソコン パソコン	30 パソコン フラダンス13時30 ヨガ教室18:00	31	



1月 寄せ鍋



冬はお魚も、葉物野菜も美味しい季節です。

一緒に煮込めばいっそう美味しくなります。お出汁も栄養も全て頂きましょう。

👉 7(火)10:00～ 報恩舎セミナー ; 呉市体育館:IHIアリーナ 話し; 村井純子 無料

👉 8(水)13時～17時 開運鑑定 小杉哲 ご予約 5名様 ムライ迄 09068381457

☆ 10(金)10:00～ すーぷの日セミナー ; 村井塾2F 『放課後クラブ』 話し; 村井純子 無料

歌の教室 ; 月曜 6日 13:30～ 2,500円

書道 ; 2・4火曜 14.28日 11:00～ 3,000円

👉 マヤ歴鑑定 ; 4金曜 24日 11:00～ 1,000円 (15分)

✿手マッサージ ; 土曜 25日 14:00～ 2000円～4000円

仏画切り絵教室 : 月曜 27日 13:30～ 3,000円

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