

那覇市安謝老人憩の家 6月行事予定表

(令和8年)

TEL : 862-4341 / FAX : 862-4352



日付	曜日	内容	場所
1	月	10:00~12:00	グランドゴルフ同好会
		10:00~11:30	書道講座
		10:00~12:00	★初心者卓球同好会★
		13:00~16:00	囲碁同好会
2	火	10:00~11:30	民踊講座
		10:00~11:30	★囲60歳から始める三線基礎講座★
		10:30~11:30	★初めてのウクレレ★
		13:00~15:00	★初めての健康麻将講座★
3	水	10:00~12:00	中級卓球同好会
		10:30~12:00	ペン字同好会
		13:00~15:00	琉舞同好会
4	木	10:00~11:30	ロコモ体操同好会
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会
		13:00~14:30	ボイストレーニング同好会
		13:00~14:30	フラダンス同好会
5	金	10:00~12:00	ボウリング同好会
		10:30~12:00	三線民謡講座
		13:00~14:30	レクダンス同好会
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会
		14:00~15:30	三線初級
6	土	13:00~14:30	三線同好会
		15:00~17:00	詩吟同好会
8	月	10:00~12:00	★初心者卓球同好会★
		13:00~14:00	みんなの筋トレ同好会
		13:00~16:00	囲碁同好会
9	火	10:00~11:30	民踊講座
		10:00~11:30	★囲60歳から始める三線基礎講座★
		10:30~11:30	★初めてのウクレレ★
		13:00~15:00	★初めての健康麻将講座★
10	水	10:00~12:00	中級卓球同好会
		10:30~12:00	ハンドクラフト(手芸)同好会
		13:00~15:00	琉舞講座
11	木	10:00~11:30	太極拳講座
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会
		13:00~14:30	歌・三線古典音楽講座
		13:00~14:30	フラダンス同好会
12	金	10:00~12:00	ボウリング同好会
		13:00~14:30	レクダンス同好会
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会
		14:00~15:30	三線初級
13	土	13:00~14:30	三線同好会
		15:00~17:00	詩吟同好会

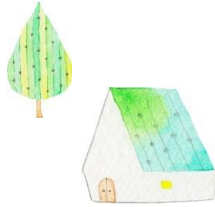
日付	曜日	時間	内容	場所
15	月	10:00~12:00	グランドゴルフ同好会	天久ちゅらまち公園
		10:00~11:30	書道講座	工作室
		10:00~12:00	★初心者卓球同好会★	多目的ホール
		13:00~16:00	囲碁同好会	中広間
16	火	10:00~11:30	民踊講座	多目的ホール
		10:00~11:30	★囲60歳から始める三線基礎講座★	工作室
		10:30~11:30	★初めてのウクレレ★	2Fフロアー
		13:00~15:00	★初めての健康麻将講座★	2Fフロアー
17	水	10:00~12:00	中級卓球同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	ペン字同好会	工作室
		13:00~15:00	琉舞同好会	多目的ホール
18	木	10:00~11:30	ロコモ体操同好会	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	ボイストレーニング同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	フラダンス同好会	中広間
19	金	10:30~12:00	三線民謡講座	工作室
		10:30~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	中広間
		14:00~15:30	三線初級	工作室
20	土	13:00~14:30	三線同好会	中広間
		15:00~17:00	詩吟同好会	工作室
22	月	10:00~12:00	グランドゴルフ同好会	天久ちゅらまち公園
22	月	10:00~12:00	★初心者卓球同好会★	多目的ホール
		13:00~14:00	みんなの筋トレ同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	囲碁同好会	2Fフロアー
23	火	慰霊の日のため休館(各講座は30日に振り替えます)		
24	水	10:00~12:00	中級卓球同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	ペン字同好会	工作室
		10:30~12:00	ハンドクラフト(手芸)同好会	中広間
25	木	13:00~14:30	琉舞講座	多目的ホール
		10:00~11:30	太極拳講座	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	歌・三線古典音楽講座	工作室
26	金	13:00~15:00	フラダンス同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	運営委員研修(炊き出し訓練・救急法)	多目的ホール
		10:00~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
27	土	13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	中広間
		14:00~15:30	三線初級	工作室
		13:00~14:30	三線同好会	中広間
27	土	15:00~17:00	詩吟同好会	工作室

29	月	第5週のため 講座・同好会はお休みです。		
30	火	10:00~11:30	民踊講座	多目的ホール
		10:00~11:30	★囲碁60歳から始める三線基礎講座★	工作室
		10:30~11:30	★初めてのウクレレ★	2Fフロアー
		13:00~15:00	★初めての健康麻将講座★	2Fフロアー

※ ★印のついている講座、同好会（初心者卓球同好会、三線基礎初めてのウクレレ講座、初めての麻将講座）は定員制の為受付を締め切っています。  
初心者・中級 卓球同好会は今月、7月～9月会員の更新、募集があります。（現在活動している方も申し込みが必要です）

## ★ グラウンドゴルフ同好会の皆さんへ ★

夏の暑い時期の炎天下での活動は、熱中症などが心配されるため、7月～8月いっぱいのお休みとさせていただきます。その間、室内でできる講座にご参加ください！ご不明な点がございましたらスタッフにお声かけください。

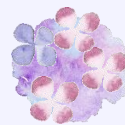


## <運営委員研修会開催しまーす!>

緊急時、災害時いざという時のための『炊き出し訓練』と『救急法』をします。

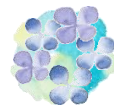
各教室・同好会の運営委員さんは出席をお願いします。

日時：6月26日（金）10時半～  
場所：多目的ホール、ピロティー



## 安謝老人憩の家とは。。。

那覇市内在住の60歳以上の市民の方々に教養の向上とレクリエーションの場を提供し老人の心身の健康増進を図ることを目的とした施設です。



## 【講座受講者・同好会会員募集】

### 『卓球同好会 会員（7月～9月）募集』

◆ 開催日：7月6日～9月28日までの毎週月曜日（初心クラス）

※ 7/20を除く（夏休み期間調整あり）

7月1日～9月30日までの毎週水曜日（中級クラス）

※ 7/29、9/23を除く（夏休み期間調整あり）

◆ 時間：午前10時～12時

◆ 場所：多目的ホール

◆ 定員：月曜クラス20名程 水曜クラス30名程

◆ 申込み 月曜クラス6/15(月)～10:30～17:00 ※定員に達し次第締め切ります。  
水曜クラス6/17(水)～10:30～17:00 ※定員に達し次第締め切ります。



### 『ハンドクラフト（手芸）同好会』

編み物、刺繍、水引き、切り絵、ビーズなんでもあり！好きな手芸を  
楽しみながらゆんたくタイム  
～ゆんたくしながら好きなことを楽しむ同好会～

◆開催日時：毎月第2・第4水曜日  
午前 10時半～12時

◆場 所：憩の家工作室、教養室(2階)

◆参加費：無料(好きな手芸材料ご持参ください)



### 美文字への道

#### 『ペン字同好会』

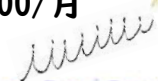
◆ 開催日時：毎月第1・第3  
・第4水曜日

午前10時半～12時

◆ 持ち物：ノート、筆記用具

◆ 講師：上杉 蓮子 氏

◆ 会 費：¥2000/月



### <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お願い致します。

※各講座、同好会は事務所または電話にて受付できます。  
受講希望クラス、お名前・連絡先をお伝えください。  
安謝老人憩の家 ☎ 098-862-4341

