

Sun	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Sat
				1 転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2F) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm	2 英語(初級) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm 書道 (1F) 2:00 pm - 3:00 pm (お饅頭クラブ) 1pm-3pm 予定	3
4	5 メディテーション (1F奥) 10:00 am - 11:30 am タブレット初級 10:00 am - 11:30am カラオケクラブ 12:30pm - 3:30pm 月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R)	6 英語・中級 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレット体験会 (1F) 10:00 am - 11:30 am iPad個人特別講習 (1F) 1:00 pm - ...	7 TG ライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm 日本語初級 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm 合気道 2:00pm-3:00pm (or 3:15pm-4:15pm,確認要)	8 転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am 脳トレ 10:30 am - 11:45 am シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2F) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm 切り紙アート ワークショップ 1:30pm-3:00pm ** シニアライフセミナー** ~NotaryPublic(公証人)~ 6:00pm-8:00pm (1F)	9 英語(初級) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm ピアノで歌う会 1:00 pm - 2:30 pm (お饅頭クラブ) 1pm-3pm 予定	10
11	12 メディテーション (1F奥) 10:00 am - 11:30 am 月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R)	13 英語・中級 **お休み** 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレット体験会 (1F) 10:00 am - 11:30 am iPad個人特別講習 (1F) 1:00 pm - ... *** ウォーキング *** グランビルアイランド 10:00am-2:00pm	14 TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm 日本語初級 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm ヤング クラフトクラブ 1:00pm - 3:00pm 家族の会 1:30pm-3:00pm 合気道 2:00pm-3:00pm	15 転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2F) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm	16 英語(初級) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm 書道 (1F) 2:00 pm - 3:00 pm (お饅頭クラブ) 1pm-3pm 予定	17 TG Coffee House 1:30pm-3:45pm 参加費: ドネーション
18	19 タブレット初級 10:00 am - 11:30am カラオケクラブ 12:30pm - 3:30pm 月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R) *** アウトリーチ *** ベリーピッキング @KrausBerryFarm 9:30am-3:00pm	20 英語・中級 **お休み** 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm iPad個人特別講習 (1F) 10:00 am - ...	21 TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm 盆踊りワークショップ 10:30 am - 11:30 am 日本語初級 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm 合気道 2:00pm-3:00pm (or 3:15pm-4:15pm,確認要)	22 転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am 脳トレ 10:30 am - 11:45 am 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm	23 英語(初級) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm (お饅頭クラブ) 1pm-3pm 予定	24 日系プラス ソーシャルクラブ 11:00am 参加費: ドネーション
25	26 月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R) ~ 夏の大掃除 Day 1 ~ キッチン& 1F, 2F 10:00am-2:00pm	27 英語・中級 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm iPad個人特別講習 (1F) 10:00 am - ... ~ 夏の大掃除 Day 2 ~ 2R 倉庫 12:00pm-2:00pm	28 TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm 日本語初級 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm ヤング クラフトクラブ 1:00pm - 3:00pm 合気道 2:00pm-3:00pm (or 3:15pm-4:15pm,確認要)	29 転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am ヨガ護身術 (2F) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm	30 英語(初級) **お休み** クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm 書道 (1F) 2:00 pm - 3:00 pm (お饅頭クラブ) 1pm-3pm 予定	

## Notes:

## イベントボランティア募集!!

→ 隣組CoffeeHouse 6月17日(土) 2:00pm-3:00pm :

当日イベントサポート(Setup, Serving, Cleaning) 12:00pm~

→ 夏の大掃除:

Day1 : 6月26日 (月) 10:00am ~ 2:00pm

Day2 : 6月27日 (火) 12:00pm ~ 2:00pm

## SPA Room 予約

Tel: 604-765-2210

masakoarima@hotmail.com

(Masakoまで)