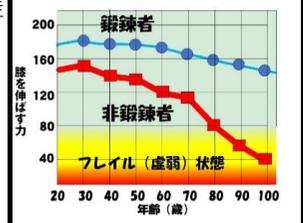


対象マーク解説「スマひよ」:初心者スマホ・タブレット講座「スマプレ」プレミアム会員用スマホ講座「★」:ひよこクラス「P」:プレミアム会員以上「K」:KING会員限定

		日	月	火	水	木	金	土					
		30日	今月の予定表						1日				
10:35	研修のためお休み				Windows10→11更新、会員以外の方でもサポートします。5,000円です		格安SIMへの変更・スマホの買い替え手伝います。手数料5,000円		健康寿命と生命寿命の差を無くし、150歳まで今の健康を維持する「1%の奇跡」を実現しませんか。ボディメイキング体操は、(火)(木)(金)9:00~10:20です。500円/回		10:35		
11:30											10:35		
13:20											11:30		
14:20											13:20		
		2日	3日 10:20までは整体体操	4日 ボディメイキング	5日 大谷大学スマホ教室	6日 ボディメイキング	7日 ボディメイキング	8日					
10:35	1 伝	パソコンPowerPointでクリスマス	P	1 太郎	Wordでクリスマスカード作成	P	1 伝	パソコン初歩の初歩	★	1 伝	スマホCapCutでクリスマス動画	スマ	10:35
11:30	2 伝		P	2 太郎		P	2 伝		★	2 伝		スマ	11:30
13:20	午後はお休みします		午後はお休みします		3 伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	13:00社交ダンス		3 太郎伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	午後はお休みします		13:20
14:20					4 伝				4 太郎伝				14:20
		9日	10日 10:20までは整体体操	11日 ボディメイキング	12日 社交ダンス	13日 ボディメイキング	14日 ボディメイキング	15日					
10:35	1 伝	スマホCapCutクリスマス動画	スマ	1 太郎	パソコン初歩の初歩	★	1 太郎	Excel初級	P	1 太郎	Excel初級	P	10:35
11:30	2 伝		スマ	2 太郎		★	2 太郎		P	2 太郎		P	11:30
13:20	午後はお休みします		午後はお休みします		3 太郎伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス		3 太郎伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	編み物クラブ		13:20
14:20					4 太郎伝				4 太郎伝				14:20
		16日	17日 10:20までは整体体操	18日 ボディメイキング	19日 大谷大学スマホ教室	20日 ボディメイキング	21日 ボディメイキング	22日					
10:35	1 どんこ	PCパワーポイントでクリスマス動画	P	1 どんこ	Wordでクリスマスカード作成	P	1 太郎	パソコン初歩の初歩	★	1 伝	スマホCapCutでクリスマス動画	スマ	10:35
11:30	2 どんこ		P	2 どんこ		P	2 太郎		★	2 伝		スマ	11:30
13:20	午後はお休みします		午後はお休みします		3 太郎伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス		3 太郎伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	午後はお休みします		13:20
14:20					4 太郎伝				4 太郎伝				14:20
		23日	24日 10:20までは整体体操	25日 ボディメイキング	26日 社交ダンス	27日 ボディメイキング	28日 ボディメイキング	29日					
10:35	1 伝	PC版CapCutでクリスマス動画	P	1 太郎	パソコン初歩の初歩	★	1 伝	スマホCapCutでクリスマス動画	スマ	1 どんこ	Excel初級	P	10:35
11:30	2 伝		P	2 太郎		★	2 伝		スマ	2 どんこ		P	11:30
13:20	午後はお休みします		午後はお休みします		3 伝	スマホ駆け込み寺初心者・飛び込み歓迎	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス		編み物クラブ		午後はお休みします		13:20
14:20					4 伝								4 太郎伝



2025年11月かけこみさん予定表 075-411-4970 1回50分1,000円 申込不要

	日	月	火	水	木	金	土	
							1日	
13:20								13:20
14:20								14:20
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	
13:20			担当:でんじろう	大谷大学で無料スマ ホ教室	担当:太郎と伝			13:20
14:20			担当:でんじろう		担当:太郎と伝			14:20
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
13:20		担当:太郎と伝	担当:でんじろう		担当:太郎と伝			13:20
14:20		担当:太郎と伝	担当:でんじろう		担当:太郎と伝			14:20
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	
13:20		担当:太郎と伝	担当:でんじろう	大谷大学で無料スマ ホ教室	担当:太郎と伝			13:20
14:20		担当:太郎と伝	担当:でんじろう		担当:太郎と伝			14:20
	23日	24日	25日	26日	27日			
13:20			担当:でんじろう		担当:太郎と伝			13:20
14:20			担当:でんじろう		担当:太郎と伝			14:20

# 2025年11月運動関係予定表 075-411-4970

日	月	火	水	木	金	土
30 日						1 日
2 日	3 日	4 日	5 日	6 日	7 日	8 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
9 日	10 日	11 日	12 日	13 日	14 日	15 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
16 日	17 日	18 日	19 日	20 日	21 日	22 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
23 日	24 日	25 日	26 日	27 日	28 日	29 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	