令和元年 10月の予定（各部屋空き状況）

※夜間の麻雀開放、卓球開放、カラオケ開放は20時30分までのご利用となります。　　は予約済です。

※夜間の筋トレ開放は19時30分までのご利用となります。

日	曜日	時間帯	機能回復訓練室	生涯学習室1	生涯学習室2	娯楽室	調理実習室	会議室
1	火	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	抽選会		蝶寿会ニ	サロンむすび	サロンむすび
		午後（13時～17時）	自彊術/若竹会	宝雀会	豊中書道会	ヒバリの会	二花会	カナリヤ
		夜間（18時～21時半）	スターバイオレット			卓球開放		
2	水	午前（9時～12時）	ゴールデンベリー	クラブ練馬		エーデルワイス		
		午後（13時～17時）	ワイキキ/マハロ	シルバーエクセレント	かめのこ会	レインボー	176会	ハンドニット
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放			J・R・C		
3	木	午前（9時～12時）	筍A	麻雀開放	豊玉パソコン	卓球開放	豊美会	
		午後（13時～17時）		麻雀開放	4Cサークル	練馬会	豊美会（仮）	
		夜間（18時～21時半）	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
4	金	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		あじさい会		
		午後（13時～17時）	ヨガ/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	とよひがし		
		夜間（18時～21時半）				卓球開放		
5	土	午前（9時～12時）	筍B	クラブ豊玉	EEサークル	花水木		
		午後（13時～17時）	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	ABC	ファイブ	豊玉マジック	
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
6	日	午前（9時～12時）	筍B	クラブ練馬	松木サークル	卓球開放		
		午後（13時～17時）	竹の会②/①	文学講座		ダンス開放		ウクレレ
		夜間（18時～21時半）				J・R・C		
7	月	午前（9時～12時）	すみれ会	麻雀開放		卓球開放	てまり	
		午後（13時～17時）	筋トレ開放	麻雀開放	和会	白い花	あやめ句会	
		夜間（18時～21時半）	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	青空会		
8	火	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	桜クラブ	CONMIGO	健康太極拳	サロンむすび	
		午後（13時～17時）	自彊術/若竹会	健康麻雀	火曜会			カナリヤ
		夜間（18時～21時半）	スターバイオレット		快音・美声	卓球開放		
9	水	午前（9時～12時）	ゴールデンベリー	交通安全講座	よみきかせの会	豊玉卓球	世話人会	
		午後（13時～17時）	ワイキキ/マハロ	練馬麻雀初心者クラブ	竹中（仮）	ひまわり	ムッシュ・グルメの会	ハンドニット
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放			青空会		
10	木	午前（9時～12時）	筍A	麻雀開放	豊玉パソコン	卓球開放	もちもち	
		午後（13時～17時）		麻雀開放	パワーアップブリッジ	あじさい会		
		夜間（18時～21時半）	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
11	金	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		ひかり卓球	パステルアート	
		午後（13時～17時）	年金者/ヴィオレッテ	チャレンジ春/秋		あすなろ		
		夜間（18時～21時半）	囲碁ボール			卓球開放		
12	土	午前（9時～12時）	筍B	健康チェック（am麻雀開放中止）	EEサークル	西寿会歌唱部		
		午後（13時～17時）	おひるふらん/竜の会	麻雀開放	ABC	とよひがし		オセロ
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放	麻雀開放	豊セン映画	カラオケ開放		
13	日	午前（9時～12時）	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	イスラエルダンス	カラオケ開放	松木サークル	
		午後（13時～17時）	竹の会②/①	NS麻雀	Mサークル	カラオケ開放		ウクレレ
		夜間（18時～21時半）				豊仙会		
14	月	午前（9時～12時）	すみれ会	麻雀開放	菁漣教室	卓球開放		
		午後（13時～17時）	筋トレ開放/若竹会	麻雀開放	なべわく	絆		ハンドニット
		夜間（18時～21時半）	こつこつ体操	麻雀開放		月曜会		
15	火	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	ご利用者感謝祭準備				
		午後（13時～17時）						
		夜間（18時～21時半）						
16	水	午前（9時～12時）	ご利用者感謝祭					
		午後（13時～17時）						
		夜間（18時～21時半）						
17	木	午前（9時～12時）	空調大規模改工事に伴う、物品移動（いきがいデイサービス中止）					
		午後（13時～17時）						
		夜間（18時～21時半）						
18	金	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング	空調工事				
		午後（13時～17時）	虹/ヨガの会					
		夜間（18時～21時半）						
19	土	午前（9時～12時）	健康太極拳					
		午後（13時～17時）	塚クラブ/竜の会					
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放					
20	日	午前（9時～12時）	桜クラブ					
		午後（13時～17時）	Mサークル/竹の会①					
		夜間（18時～21時半）						
21	月	午前（9時～12時）	クラブローズ					
		午後（13時～17時）	囲碁・将棋・麻雀・オセロ開放					
		夜間（18時～21時半）	牛若会					
22	火	午前（9時～12時）	クラブ豊玉					
		午後（13時～17時）	ブルースカイ/3Bクラブ					
		夜間（18時～21時半）	快音・美声					
23	水	午前（9時～12時）	よみきかせの会					
		午後（13時～17時）	初心者クラブ/若竹会					
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放					
24	木	午前（9時～12時）	いきがいディサービス					
		午後（13時～17時）	もちもち/筍A					
		夜間（18時～21時半）	さざんか					
25	金	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング					
		午後（13時～17時）	年金者/パステルアート					
		夜間（18時～21時半）	囲碁ボール					
26	土	午前（9時～12時）	健康太極拳					
		午後（13時～17時）	クラブ練馬/クラブ豊玉					
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放					
27	日	午前（9時～12時）	桜クラブ					
		午後（13時～17時）	Mサークル/竹の会②					
		夜間（18時～21時半）	豊仙会					
28	月	午前（9時～12時）	豊玉西寿会					
		午後（13時～17時）	囲碁・将棋・麻雀・オセロ開放					
		夜間（18時～21時半）	こつこつ体操					
29	火	午前（9時～12時）	高齢者筋力向上トレーニング					
		午後（13時～17時）	初心者クラブ/3Bクラブ					
		夜間（18時～21時半）	スターバイオレット					
30	水	午前（9時～12時）						
		午後（13時～17時）	シルバーエクセレント/筍B					
		夜間（18時～21時半）	筋トレ開放					
31	木	午前（9時～12時）	いきがいディサービス					
		午後（13時～17時）	筍A/クラブ練馬					
		夜間（18時～21時半）	さざんか					

令和元年9月25日（水）　はつらつセンター豊玉