

# 令和5年1月の予定(各部屋空き状況)



は予約済です

緊急事態宣言に伴う利用制限等の詳細は、センターホームページをご覧ください。  
 サークル利用に関しては、サークル代表者へお問合せください。  
 国・東京都の方針に変化が見られた際など、必要に応じて見直しを行いません。

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	日	午前(9時~12時)	12月29日(木)~1月3日(火)まで休館となります。																		
		午後(13時~17時)																			
		夜間(18時~21時半)																			
2	月	午前(9時~12時)							12月29日(木)~1月3日(火)まで休館となります。												
		午後(13時~17時)																			
		夜間(18時~21時半)																			
3	火	午前(9時~12時)													12月29日(木)~1月3日(火)まで休館となります。						
		午後(13時~17時)																			
		夜間(18時~21時半)																			
4	水	午前(9時~12時)	ゴールデンベリー	ウクレレ		エーデルワイス															
		午後(13時~17時)	きらきらボディ   マハ口	初心者クラブ	ハンドニット	ぬり絵サロン															
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放																		
5	木	午前(9時~12時)	筍A	桜クラブ		卓球開放															
		午後(13時~17時)		クラブ練馬	4Cサークル	練馬会															
		夜間(18時~21時半)	さざんか																		
6	金	午前(9時~12時)		いきがいデイサービス		ひかり卓球															
		午後(13時~17時)	ヨガの会   ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	eスポとよたま																
		夜間(18時~21時半)																			
7	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	豊玉卓球	豊センシアター打合せ														
		午後(13時~17時)	笑って体カ⑦   竜の会	塚クラブ	ABC	ファイブ	シニアパソコン研究会														
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放																		
8	日	午前(9時~12時)	新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	NS麻雀	Mサークル	絆															
		夜間(18時~21時半)																			

9	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	スマホ基本	卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)		若竹会		あすなろ	和菓子サークル	
		夜間(18時~21時半)			牛若会	月曜会		
10	火	午前(9時~12時)		初心者クラブ	むすび		都)スマホ	
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀		青空ウオーク	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさん体操⑦	
11	水	午前(9時~12時)	かるがも		クラブ豊玉	よみきかせの会	豊玉卓球	
		午後(13時~17時)	ワイキキ		宝雀会	かめのこ会	ひまわり	ムッシュグルメの会
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
12	木	午前(9時~12時)	筍A		eスポーツ体験		卓球開放	紙芝居モチモチ
		午後(13時~17時)	はつらつヨガ		シルバーエクセレント	4Cサークル	あじさい会	パワーアップブリッジ
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
13	金	午前(9時~12時)			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		チャレンジ春秋		輪投げクラブ	
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール					
14	土	午前(9時~12時)	筍B		健康チェック (麻雀開放中止)	EEサークル	西寿会歌唱部	絵本たのしむ会
		午後(13時~17時)	筋トレ開放	竜の会	初心者麻雀開放	ABC	J・R・C	豊玉マジック
		夜間(18時~21時半)						
15	日	午前(9時~12時)	クラブチャンバラ		桜クラブ	松木サークル	カラオケ開放	
		午後(13時~17時)	竹の会②		宝雀会	豊センシアター	パーソナルカラー	Mサークル
		夜間(18時~21時半)	第三日曜日の為、午後5時で閉館となります。					
16	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	スマホ基本	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時~17時)		若竹会	和会	ハンドニット	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)			牛若会	月曜会		
17	火	午前(9時~12時)		桜クラブ	仮)利用者懇談会			
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	火曜会	豊中書道会	練馬会	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					
18	水	午前(9時~12時)	ゴールデンベリー		ウクレレ		エーデルワイス	よろず会議
		午後(13時~17時)	きらきらボディ	マハ口	初心者クラブ		レインボー	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					

19	木	午前(9時~12時)	筍A		クラブ練馬	eスポとよたま	卓球開放	豊美会
		午後(13時~17時)	はつらつヨガ	3B①	PTフレイル	ぬり絵サロン	あすなろ	
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
20	金	午前(9時~12時)			いきがいデイサービス		ひかり卓球	なごみ
		午後(13時~17時)	ヨガの会	ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	あじさい会	
		夜間(18時~21時半)						
21	土	午前(9時~12時)	筍B			EEサークル	豊玉卓球	ハンドボラ練習
		午後(13時~17時)	笑って体力⑧	竜の会	塚クラブ	ABC	絆	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放				J・R・C	
22	日	午前(9時~12時)	新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		クラブ練馬	Mサークル		豊玉マジック
		夜間(18時~21時半)						
23	月	午前(9時~12時)	シニアヨガ		豊玉西寿会(麻雀開放中止)		卓球開放	ハンドニット
		午後(13時~17時)	ポッチャ	若竹会	映画会(麻雀開放中止)		楽唄会	
		夜間(18時~21時半)					月曜会	
24	火	午前(9時~12時)				むすび	蝶寿会二	
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀	サロン基本刺子	ヒバリの会	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさん体操⑧	
25	水	午前(9時~12時)	かるがも		桜クラブ	よみきかせの会	豊玉卓球	
		午後(13時~17時)	ワイキキ	囲碁ボール	初心者クラブ	区)はつらつシニア	白い花	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
26	木	午前(9時~12時)	筍A				卓球開放	紙芝居モチモチ
		午後(13時~17時)	eスポ仲町交流		NS麻雀	パワーアップブリッジ	基本刺子	4Cサークル
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
27	金	午前(9時~12時)			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		チャレンジ春秋	区)はつらつシニア	青空ウオーク	仮)麻の葉
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール					
28	土	午前(9時~12時)	筍B		麻雀開放	EEサークル	西寿会歌唱部	たまっ子ども交流
		午後(13時~17時)	筋トレ開放	竜の会		ABC	ファイブ	
		夜間(18時~21時半)					J・R・C	

29	日	午前(9時~12時)	クラブチャンバラ		講座準備		カラオケ開放		
		午後(13時~17時)	竹の会②		行政書士 相続遺言の基本		クラブ・ラビット	Mサークル	
		夜間(18時~21時半)							
30	月	午前(9時~12時)			麻雀開放	歯科口腔ケア	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時~17時)		若竹会		折り紙	輪投げクラブ		
		夜間(18時~21時半)					月曜会		
31	火	午前(9時~12時)			クラブ豊玉				
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	クラブ練馬	豊中書道会	白い花	基本刺子	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット						

令和4年12月22日更新 はつらつセンター豊玉