

令和4年7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	金	午前(9時~12時)	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		
		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	クラブ・ラビット	刺し子補習	
		夜間(18時~21時半)						
2	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	豊玉卓球	豊センシター打合せ	
		午後(13時~17時)	笑って体操① 竜の会	塚クラブ	英語③ 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			J・R・C		
3	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	クラブ練馬	Mサークル	音楽を自由に楽しむ会①		
		夜間(18時~21時半)						
4	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	ニプロ	卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)	若竹会		和会	あすなろ	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)			牛若会	月曜会		
5	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング	クラブ豊玉	ブックトーク	蝶寿会二		
		午後(13時~17時)	自彊術	宝雀会	豊中書道会	青空ウォーキングB		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					
6	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					
7	木	午前(9時~12時)	筍A			卓球開放		
		午後(13時~17時)		シルバーエクセレント	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
8	金	午前(9時~12時)	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	パステルアートかりん堂	
		午後(13時~17時)	年金者	チャレンジ春秋	俳画金曜会	輪投げクラブ		
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール					

9	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	絵本楽しむ会		
		午後(13時~17時)	健康長寿はつらつまつり準備会(午後筋トレ中止・麻雀開放中止)						
		夜間(18時~21時半)							
10	日	午前(9時~12時)	健康長寿はつらつまつり準備 (カラオケ開放中止)						
		午後(13時~17時)	健康長寿はつらつまつり						
		夜間(18時~21時半)							
11	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	スマホ基本操作	卓球開放	和菓子教室		
		午後(13時~17時)	若竹会		折り紙教室	絆	折り紙教室		
		夜間(18時~21時半)				月曜会			
12	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング	桜クラブ	むすび				
		午後(13時~17時)	自彊術 3Bクラブ	健康麻雀		白い花			
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット			しのさんのしっかり体操①			
13	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	初心者クラブ	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						
14	木	午前(9時~12時)	蝶寿会二	混声コーラス教室		卓球開放	紙芝居モチモチ		
		午後(13時~17時)	はつらつヨガ 青空ウォーキング	NS麻雀	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						
15	金	午前(9時~12時)	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			
		午後(13時~17時)	ヨガの会	シルバーエクセレント	虹	ファイブ	なごみ		
		夜間(18時~21時半)							
16	土	午前(9時~12時)	筍B	クラブ練馬	EEサークル	豊玉卓球			
		午後(13時~17時)	笑って体操② 竜の会	塚クラブ	英語④ ABC	絆	豊玉マジック		
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			J・R・C			
17	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	音楽を自由に楽しむ会②	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。						
18	月	午前(9時~12時)		麻雀開放		卓球開放	世話人会		
		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			

19	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング	クラブ豊玉				
		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					
20	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		レインボー	男の料理教室
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
21	木	午前(9時~12時)	筍A			命を守る水(明治)	卓球開放	豊美会
		午後(13時~17時)		3B①	ぬり絵サロン	PTフレイル	あすなろ	
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
22	金	午前(9時~12時)	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	パステルアートかりん堂	
		午後(13時~17時)	年金者	囲碁ボール教室	チャレンジ春秋		刺子教室	
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール					
23	土	午前(9時~12時)	筍B		麻雀開放	EEサークル	西寿会歌唱部	
		午後(13時~17時)	筋トレ開放	竜の会		英語⑤	ABC	
		夜間(18時~21時半)					J・R・C	
24	日	午前(9時~12時)	新ひばりエクササイズ		クラブ豊玉		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		クラブ・ラビット	Mサークル
		夜間(18時~21時半)						
25	月	午前(9時~12時)			豊玉西寿会(麻雀開放中止)	卓球開放	スマホ基本操作	
		午後(13時~17時)		若竹会	映画会(麻雀開放中止)	楽唄会	ハンドニット	
		夜間(18時~21時半)					月曜会	
26	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング予備			むすび	蝶寿会二	
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀		ヒバリの会	刺し子補習
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさんのしっかり体操②	
27	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	はつらつまつり反省会
		午後(13時~17時)	ワイキキ		初心者クラブ		白い花	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
28	木	午前(9時~12時)	筍A		混声コーラス教室		卓球開放	紙芝居モチモチ
		午後(13時~17時)	はつらつヨガ		NS麻雀	パワーアップブリッジ	あじさい会	4Cサークル
		夜間(18時~21時半)	さざんか					

29	金	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング予備		いきがいデイサービス					
		午後(13時~17時)		ヴィオレッテ	ヒルフェ			輪投げクラブ		
		夜間(18時~21時半)								
30	土	午前(9時~12時)			麻雀開放	クラフト貼り絵				
		午後(13時~17時)	筋トレ開放	竜の会		英語⑥	ABC	刺し子教室	豊玉マジック	
		夜間(18時~21時半)						J・R・C		
31	日	午前(9時~12時)	クラブチャンバラ			イスラエルダンス		カラオケ開放		
		午後(13時~17時)	竹の会②		クラブ練馬	Mサークル				
		夜間(18時~21時半)								

令和4年6月23日更新 はつらつセンター豊玉