

令和5年5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	月	午前(9時~12時)		麻雀開放		卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)	筋スタ⑨ 若竹会		和会	あやめ句会		
		夜間(18時~21時半)			牛若会	月曜会		
2	火	午前(9時~12時)		クラブ豊玉		蝶寿会二		
		午後(13時~17時)		宝雀会	豊中書道会			
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					
3	水	午前(9時~12時)	ゴールデンベリー	ウクレレ				
		午後(13時~17時)	きらきらボディ	初心者クラブ	ハンドニット	レインボー	川柳講座	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
4	木	午前(9時~12時)	筍A			卓球開放		
		午後(13時~17時)	筋スタ⑩	クラブ練馬	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
5	金	午前(9時~12時)		eスポ体験会		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	絆		
		夜間(18時~21時半)						
6	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	笑って体力③ 竜の会	塚クラブ	英語① 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					
7	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			eスポーツとよたま	
		夜間(18時~21時半)						
8	月	午前(9時~12時)	マハ口	麻雀開放		卓球開放	和菓子教室②	
		午後(13時~17時)	筋スタ⑪ 若竹会			あすなろ	和菓子サークル	
		夜間(18時~21時半)					月曜会	

9	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング			サロンむすび	蝶寿会二	都スマホ		
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀			若草クラブ	都スマホ	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					しのさん体操		
10	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		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							
11	木	午前(9時~12時)	筍A		混声コーラス		卓球開放	紙芝居モチモチ		
		午後(13時~17時)	筋スタ⑫	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		いきがいデイサービス準備					
12	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		
		午後(13時~17時)	年金者	囲碁ボール	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							
13	土	午前(9時~12時)	筍B		健康チエックの日 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	英語②	ABC	J・R・C	豊玉マジック	
		夜間(18時~21時半)								
14	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	ポッチャ	NS麻雀			eスポーツとよたま		
		夜間(18時~21時半)								
15	月	午前(9時~12時)	マハロ		麻雀開放	スマホ基本	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			
16	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング							
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	火曜会	豊中書道会	練馬会	基本刺子教室ほ		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット							
17	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	はつらつまつり実行		
		午後(13時~17時)	きらきらボディ		初心者クラブ		レインボー			
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放							
18	木	午前(9時~12時)	筍A		クラブ練馬		卓球開放	豊美会		
		午後(13時~17時)	シットバレエ		PTフレイル	PTフレイル	あすなろ			
		夜間(18時~21時半)	さざんか		いきがいデイサービス準備					

19	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	ファイブ	なごみ	
		夜間(18時~21時半)							
20	土	午前(9時~12時)	筍B			EEサークル	豊玉卓球	たまっこ	
		午後(13時~17時)	笑って体力④	竜の会	塚クラブ	英語③	ABC	絆	たまっこ
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					J・R・C	
21	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	ハンドトリートメント	
		午後(13時~17時)	竹の会②		宝雀会	豊センシアター	ヘアケア	eスポーツとよたま	
		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。						
22	月	午前(9時~12時)	クラブローズ		豊玉西寿会(麻雀開放中止)		卓球開放	和菓子教室③	
		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		
23	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング			サロンむすび	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	サロン刺子	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさん体操		
24	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	eスポ大会	
		午後(13時~17時)	ワイキキ	マハロ	初心者クラブ	折り紙	白い花	稲間会	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
25	木	午前(9時~12時)	筍A		混声コーラス		卓球開放	紙芝居モチモチ	
		午後(13時~17時)	はつらつヨガ	ねりまち	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		いきがいデイサービス準備				
26	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	
		午後(13時~17時)	年金者	囲碁ボール	チャレンジ春秋	アンデス音楽教室	輪投げクラブ	麻の葉	
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール						
27	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④	ABC		豊玉マジック
		夜間(18時~21時半)					J・R・C		
28	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		
		午後(13時~17時)	竹の会②	ポッチャ	クラブ練馬				
		夜間(18時~21時半)							

29	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	スマホ基本	卓球開放			
		午後(13時~17時)			アレンジ				
		夜間(18時~21時半)							
30	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング		ブックトーク				
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	シルバーエクセレント	みんなで歌をうたいましょう	若草クラブ		
		夜間(18時~21時半)							
31	水	午前(9時~12時)	ゴールデンベリー	桜クラブ		エーデルワイス			
		午後(13時~17時)	きらきらボディ		野鳥講座	白い花			
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						

令和5年4月23日更新 はつらつセンター豊玉