

令和7年6月号

はつらつセンター関

日	月	火	水	木	金	土
1	2 	3 	4	5 	6 	7
休 館	団体抽選会 10:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放9:00～ V I D E O体操 10:00～		元気アップ体操 10:30～	カラオケ開放 9:00～ 筋トレ開放9:00～ いどばた音活会 10:30～
	囲碁・将棋開放 13:00～	筋トレ開放15:00～ 東京都スマホ教室 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 楽・楽ボッチャ 14:00～		囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	カラオケ開放 13:00～ 卓球開放13:00～
8	9 	10 	11	12 	13 	14
休 館		折り紙教室 10:00～ 元気アップ体操 10:30～	筋トレ開放9:00～ 水彩色鉛筆を使っ てみよう 10:00～		健康いきいき体操 10:00～	筋トレ開放9:00～ はつらつ健康 マー جان9:15～
	囲碁・将棋開放 13:00～ あなたとわたしのコ ンサート 14:00～	ゲームdeボウリング 14:00～ 筋トレ開放15:00～ 東京都スマホ教室 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	カラオケ開放 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	
15	16 	17 	18	19 	20 	21
休 館		はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放9:00～ V I D E O体操 10:00～ 利用者懇談会 10:00～		7月事業申込 開始 はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放9:00～ カラオケ開放 9:00～ 手工芸 10:00～
	囲碁・将棋開放 13:00～ 輪投げ 14:00～	筋トレ開放15:00～ 東京都スマホ教室 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 卓球開放 13:00～	理学療法士講座 14:30～	囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	カラオケ開放 13:00～
22	23 	24 	25	26 	27 	28
休 館		はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	7月事業申込 締切 筋トレ開放9:00～ 壁面飾り 10:00～	懐かしの小さな映画会 10:00～	カラオケ開放 9:00～ 健康いきいき体操 10:00～	7月事業抽選 結果発表 筋トレ開放9:00～ 卓球開放9:00～
	囲碁・将棋開放 13:00～ 囲碁ボール 14:00～	筋トレ開放15:00～ 東京都スマホ教室 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	スマホ初心者相談会 14:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	フラワーセラピー 14:00～
29	30 	※元気アップ体操、健康いきいき体操、V I D E O体操のご利用について 各事業1回のみ、お申込みできます。当日空きがある場合でも、同じ月に1回参加されてい る方はご参加出来ません。 ※筋トレ開放は、3月より週4回（火・水・金・土曜日）になりました。参加対象は、筋 トレマシンスタート事業を修了された方となります。				
休 館	スマホ教室 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～					



はつらつセンター関