

日	月	火 ノーカラオケデイ	水	木	金	土
		団体利用 受付 9時30分 ～	1 シニア・ヨガ 10時～11時	2 骨盤 ストレッチ① 10時～11時	3 健康いきいき体操 10時～11時	4 三原台 ポッチャーズ 13時30分 ～14時30分
			カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	団体利用のない場合 カラオケ(13時～16 時30分)になります	おりがみ広場 10時～11時30分 13時30分～15時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
			カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
			カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
5	6	7	8	9	10	11
休館	にこやか体操&手話 10時～10時45分	川柳道場 10時～11時30分	フラダンスクラブ 10時～11時	健康いきいき 体操 10時～11時	水彩色えんぴつ クラブ 10時～11時30分 13時30分～15時	休館 建国記念日
	Eスポーツ 13時30分～14時	マイ・ストレッチ 13時30分～ 14時30分	知って得する スマホ教室 14時～16時	団体利用のない場合 カラオケ(13時～16 時30分)になります		
	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	
	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	
12	13	14	15	16	17	18
休館	にこやか体操 10時～10時45分	骨盤 ストレッチ② 10時～11時	シニア・ヨガ 10時～11時	フレイル予防 オンライン講座 14時30分～ 15時30分	骨盤 ストレッチ① 10時～11時	健康いきいき 体操 10時～11時
	シニア・ヨガ 10時～11時					
	Eスポーツ 13時30分～14時			団体利用のない場合 カラオケ(13時～16 時30分)になります	書道 10時～11時30分	もの作り交流会 10時00分～ 11時30分
	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
19	20	21	22	23	24	25
休館	にこやか体操& 健康相談 10時～10時45分	合唱カラオケ横丁 10時～11時	フラダンスクラブ 10時～11時	天皇誕生日	作ってみよう 10時～11時30分 13時30分～15時	マイ・ストレッチ 10時～11時
	Eスポーツ 13時30分～14時	レッツ!みはら レク体操 13時30分～ 14時15分		休館		東京都 スマホ相談会 13時～16時
	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時		カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時		カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時		カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	
26	27	28				3月の事業申込 ◆申込み期間 2月21日(火)～2月25(土) ◆結果発表 2月28日(火) 抽選に外れた方へ10時～11時の 間に電話をします。留守番電話に 入っている時は、折り返してくだ さい。
休館	にこやか体操 10時～10時45分	骨盤 ストレッチ② 10時～11時				
	もの作り交流会 10時00分～ 11時30分					
	Eスポーツ 13時30分～14時					
カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時				



◆ご利用の際は次のことをご協力ください◆
 ①手洗い、手指消毒。②不織布マスクの着用してください。③30分に1回、部屋の換気。④使用した机・椅子・備品などは各自でアルコール消毒を行う。⑤お飲み物はご持参ください。
 ※お風呂は感染を避けるのが難しいため休止しています。