

日		月	火ノーカラオケデイ	水	木	金	土
						1	2
休館	午前	◆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。 ②30分に1回、部屋の換気。 ③お飲み物はご持参ください。 ●団体受付は毎月1日 9:30～ ●囲碁将棋は営業日の				健康 いきいき体操	コア エクササイズ①
							ポッチャ交流 会
	午後						
						カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
3		4	5	6	7	8	9
休館	午前	にこやか体操		シニア・ヨガ ①	ねりま ゆるらく体操①	合唱カラオケ 横丁	落語 &グーバーダンス &お話しの会
		脳トレ 笑タイム	川柳道場	今月の つくってみよう①			
	午後			知って得する スマホ教室			
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
10		11	12	13	14	15	16
休館	午前	休館	骨盤 ストレッチ①	フラダンス クラブ			健康 いきいき体操
					今月の つくってみよう②		
	午後						
			カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
17		18	19	20	21	22	23
休館	午前	にこやか体操 /健康相談	わくわく絵本	シニア・ヨガ ②	レクダンス		コア エクササイズ②
		ゲームにトライ	水彩色えんぴつ クラブ①	水彩色えんぴつ クラブ②			
	午後						
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋
24/31		25	26	27	28	29	30
休館	午前	にこやか体操	骨盤 ストレッチ②	フラダンス クラブ	ねりま ゆるらく体操②	合唱カラオケ横丁 ～リクエストDay	
				館 スマホ 相談会			わくわく カレンダー
	午後						
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケお休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋