

日		月	火 ノーカラオケデイ	水	木 1	金 2	土 3
休館	午前	11月の事業申込 [先着申込日] 10月21日(水) 9:00~ 電話受付は 13:00~ ◆ご利用の際は 次のことをご協力ください◆ ①手洗い ②部屋の換気概ね60分に1回 ③お飲み物はご持参ください。 ●団体受付は1日 9:30~ ●囲碁将棋は営業日の 13:00 ~ 16:45				健康 いきいき体操①	コア エクササイズ①
	午後				レクダンス① 団体利用		ボッチャ交流会
					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
4		5	6	7	8	9	10
休館	午前	にこやか体操 脳トレ笑タイム		シニア ヨガ ①		ねりまゆるらく 体操①	健康 いきいき体操②
	午後	館 スマホ 相談会①	合唱 カラオケ横丁 ①団体利用	知って得する スマホ教室	レクダンス② 団体利用	都 スマホ教室①	ものづくり 交流会①
		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
11		12	13	14	15	16	17
休館	午前	休館  スポーツの日	骨盤 ストレッチ①	フラダンス クラブ①		コア エクササイズ②	みはら フェスタ ばあばの 玉手箱
	午後		水彩色えんぴつ クラブ①		わくわく カレンダー		
			団体利用		セーフティ教室 団体利用	都 スマホ教室② 事業使用	
18		19	20	21	22	23	24
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		ねりまゆるらく 体操②	
	午後	都 スマホ相談会			水彩色えんぴつ クラブ②		今月の 作ってみよう①
		ゲームにトライ	団体利用	11月分 事業申込	団体利用	都 スマホ教室③	今月の 作ってみよう②
25		26	27	28	29	30	31
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②			合唱 カラオケ横丁②
	午後	館 スマホ 相談会②		体操教室 (石神井包括) おり紙広場②	団体利用	フレイル予防 オンライン講座 都 スマホ教室④	
		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