

日	月	火	水	木	金	土
※元気アップ体操、健康いきいき体操、 VIDEO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、 <u>筋トレマシINSTART事                      業を修了された方が対象となります。</u>			1	2	3	4
休館日 (12月29日～R7年1月3日)						団体抽選会 10:00～
5	6	7	8	9	10	11
休館	元気アップ体操 10:30～ 囲碁・将棋開放 13:00～	筋トレ開放 15:00～	水彩色鉛筆を使って みよう 10:00～ VIDEO体操 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～	東京都スマホ相談会 13:00～	健康いきいき体操 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放 15:00～	カラオケ開放 9:00～ カラオケ開放 13:00～
12	13	14	15	16	17	18
休館	成人の日	元気アップ体操 10:30～ 筋トレ開放 15:00～	卓球開放 9:00～ 懐かしの小さな映画会 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～	カラオケ開放 9:00～ 理学療法士講座 14:30～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放 15:00～	だいこんフラスと観 客のみなさんと一緒 11:00～ 
19	20	21	22	23	24	25
休館	2月事業申込 開始 毛筆で書いてみよう 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 輪投げ 14:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～ 筋トレ開放 15:00～	VIDEO体操 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ ゲームdeボウリング 14:00～	スマホ初心者相談会 14:00～	2月事業申込 締切 健康いきいき体操 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放・筋トレ フォローアップ 15:00～	カラオケ開放 9:00～ 卓球開放 9:00～ 手工芸教室 10:00～ カラオケ開放 13:00～ 卓球開放 13:00～
26	27	28	29	30	31	
休館	スマホ教室 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 楽・楽ボッチャ 14:00～	2月事業抽選 結果発表 はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～ カラオケ開放 13:00～ 筋トレ開放 15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	認知症予防講演会 14:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放 15:00～	

名称が変わりました!