

令和7年11月号

はつらつセンター関

	月	火	水	木	金	土
※元気アップ体操時間変更のお知らせ 9月より元気アップ体操の開始時間が変更になりました。ご参加の際は、お間違えのないようにお気を付けください。 変更後の時間⇒ 10時～11時		※手工芸開放のお知らせ 11月より手工芸開放がはじまります。 手工芸や、折り紙などご自由に部屋をお使い下さい。				1 筋トレ開放 9:00～ 団体抽選会 10:00～ 懐かしの小さな映画会 14:00～
2	3	4	5	6	7	8
休館	文化の日	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放 9:00～ VIDEO体操 10:00～		元気アップ体操 10:00～	筋トレ開放 9:00～ カラオケ開放 9:00～ はつらつ健康 マージャン9:15～
休館	休館	筋トレ開放 15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 卓球開放 13:00～	ゲームdeボウリング 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～
9	10	11	12	13	14	15
休館	毛筆で書いてみよう 10:00～	元気アップ体操 10:00～ 血管年齢測定会 10:00～	筋トレ開放 9:00～ カラオケ開放 9:00～ 水彩色鉛筆 10:00～		健康いきいき体操 10:00～	筋トレ開放 9:00～ 手工芸教室 10:00～
休館	囲碁・将棋開放 13:00～ 輪投げ 14:00～	筋トレ開放 15:00～	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～	卓球開放 13:00～
16	17	18	19	20	21	22
休館	スマホ教室 10:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放 9:00～ VIDEO体操 10:00～	12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～ 卓球開放 9:00～
休館	囲碁・将棋開放 13:00～	筋トレ開放 15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	ネット関ボッチャ 交流会 13:15～ 理学療法士 オンライン講座 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～
23	24	25	26	27	28	29
休館	振替休日 (勤労感謝の日)	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	12月事業申込 締切 筋トレ開放 9:00～ 手工芸開放 10:00～		健康いきいき体操 10:00～	12月事業抽選 結果発表 筋トレ開放 9:00～ いどばた音活会 10:30～
休館	休館	筋トレ開放 15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	スマホ初心者相談会 14:00～ 薬剤師講座 14:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ カラオケ開放 13:00～ 筋トレ開放 15:00～	
30						

はつらつセンター関