

平成28年 12月の予定(各部屋空き状況)

※夜間の麻雀開放、卓球開放、カラオケ開放は20時30分までのご利用となります。

は予約済です。

※夜間の筋トレ開放は20時までのご利用となります。

日	曜日	時間帯	機能回復訓練室	生涯学習室1	生涯学習室2	娯楽室	調理実習室	会議室
1	木	午前(9時～12時)	筍A	抽選会(am:麻雀開放中止)		卓球開放		
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放	4Cサークル	練馬会	豊山会	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
2	金	午前(9時～12時)		いきがいデイサービス		若草クラブ		
		午後(13時～17時)	ヨガ/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	抒情歌愛唱会	歌なかま	小物づくり	ほほえみサロン打合せ
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操			卓球開放		
3	土	午前(9時～12時)	筍B	練馬麻雀初心者クラブ	EEサークル	ひまわり	パステル琥珀	
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	ファイブ		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
4	日	午前(9時～12時)	元気体操	桜クラブ	松木サークル	卓球開放	アイロンビーズ	
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル	ダンス開放	アイロンビーズ	
		夜間(18時～21時半)						
5	月	午前(9時～12時)	すみれ会	麻雀開放	すずしろ俳句	卓球開放	和菓子サークル	
		午後(13時～17時)	/混声コーラス	麻雀開放	和会	白い花	あやめ句会	
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
6	火	午前(9時～12時)	健康太極拳	クラブ豊玉		蝶寿会②	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/若竹会	火曜会	豊中書道会	ヒバリの会		
		夜間(18時～21時半)	美活体操			卓球開放		
7	水	午前(9時～12時)		シルバーエクセレント	ウクレレ	エーデルワイス		
		午後(13時～17時)	ワイキキ/	シルバーエクセレント	成年後見	絆	176会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
8	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	豊玉PC	卓球開放	もちもち	豊山会
		午後(13時～17時)	ベリーダンス/3B体操	麻雀開放	4Cサークル	あじさい会	パワーアップブリッジ	茶の湯
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
9	金	午前(9時～12時)		いきがいデイサービス		ひかり卓球	パステル紫苑	ひかり卓球
		午後(13時～17時)	年金者/ヴィオレッテ	チャレンジ秋	チャレンジ春	花水木	サロンほほえみ	
		夜間(18時～21時半)				卓球開放	サロンほほえみ	
10	土	午前(9時～12時)	筍B	健康チェック (am麻雀開放中止)	EEサークル	西寿会歌唱部		
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	麻雀開放	英語講座/ABC	とよひがし	豊玉マジック	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	麻雀開放		カラオケ開放		
11	日	午前(9時～12時)	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	イスラエルダンス	カラオケ開放	松木サークル	
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	NS麻雀	Mサークル	カラオケ開放		
		夜間(18時～21時半)						
		午前(9時～12時)	すみれ会	麻雀開放	菁漣会教室	卓球開放	本格イタリア料理教室	本格イタリア料理教室

12	月	午後(13時～17時)	/混声コーラス	麻雀開放	フラワーセラピー	絆		
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
13	火	午前(9時～12時)		桜クラブ		健康太極拳	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/若竹会	健康麻雀	ブルースカイ	幸寿会	13:30～二花会	カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	美活体操	宝雀会		卓球開放		
14	水	午前(9時～12時)	かるがも	クラブ練馬	朗読の会	豊玉卓球	かたくりの会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/	初心者麻雀開放	かめのこ	ひまわり		ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放		豊セン映画	青空会		
15	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	豊玉PC	卓球開放	豊美会	
		午後(13時～17時)		麻雀開放	わくわく講座	あすなろ	豊美会	茶の湯
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放	練馬区	カラオケ開放		
16	金	午前(9時～12時)		いきがいデイサービス		練馬会		
		午後(13時～17時)	ヨガ/ヴィオレッテ	練馬麻雀初心者クラブ	虹	ヒバリの会		
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操			卓球開放		
17	土	午前(9時～12時)	筍B		EEサークル	あすなろ		
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	若草クラブ		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
18	日	午前(9時～12時)	元気体操	桜クラブ	松木サークル	カラオケ開放		
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	映画会		カラオケ開放	Mサークル	
		夜間(18時～21時半)	第三日曜日の為、午後5時で閉館となります。					
19	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	麻雀開放	菁漣会教室	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時～17時)		麻雀開放	和会	ヴァイオレット	あやめ句会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
20	火	午前(9時～12時)		クラブ練馬		健康太極拳	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/3Bクラブ	火曜会	豊中書道会	こだまクラブ		
		夜間(18時～21時半)	美活体操			卓球開放		
21	水	午前(9時～12時)	蝶寿会②	クラブ豊玉	ウクレレ	エーデルワイス		
		午後(13時～17時)	ワイキキ/若竹会	NS麻雀	統括課会議	カラオケレインボー	176会	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
22	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	もちもち	卓球開放	年越しそば打ち 体験教室	年越しそば打ち 体験教室
		午後(13時～17時)	ベリーダンス/	麻雀開放	パワーアップブリッジ	歌なかま		
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
23	金	午前(9時～12時)				ひかり卓球	パステル紫苑	
		午後(13時～17時)	/ほほえみ	チャレンジ秋	チャレンジ春	幸寿会		
		夜間(18時～21時半)			豊セン映画	卓球開放		
24	土	午前(9時～12時)	筍B	麻雀開放	EEサークル	西寿会歌唱部	パステル琥珀	
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	麻雀開放	/ABC	あじさい会	豊玉マジック	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	麻雀開放		カラオケ開放		

25	日	午前(9時～12時)	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	イスラエルダンス	カラオケ開放	ネブラハーモニカ	
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル	カラオケ開放		
		夜間(18時～21時半)						
26	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	麻雀開放	西寿会役員会	卓球開放		
		午後(13時～17時)	/混声コーラス	麻雀開放	抒情歌愛唱会	錦一楽唄会	あんこの会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放		月曜会		
27	火	午前(9時～12時)		桜クラブ		蝶寿会②	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	ベリーダンス/3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	千寿会	16:00～事業評価PJ	カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	美活体操	宝雀会		卓球開放		
28	水	午前(9時～12時)	かるがも		朗読の会	豊玉卓球		
		午後(13時～17時)	/若竹会	初心者麻雀開放	和会	花水木		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
29	木	午前(9時～12時)	12月29日(木)～1月3日(火)まで休館となります。					
		午後(13時～17時)						
		夜間(18時～21時半)						
30	金	午前(9時～12時)						
		午後(13時～17時)						
		夜間(18時～21時半)						
31	土	午前(9時～12時)						
		午後(13時～17時)						
		夜間(18時～21時半)						