

平成29年 3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30分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	水	午前(9時～12時)	体操講座	抽選会		エーデルワイス	かたくりの会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/フラダンス	初心者クラブ		若草クラブ	176会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
2	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	豊玉パソコン	卓球開放	豊山会	
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
3	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		リトミック		
		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	虹		
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操			卓球開放		
4	土	午前(9時～12時)	筍B	はつらつフェスタ 実行委員会	EEサークル	練馬会	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		歌声サロン控室
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
5	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		
		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		
		夜間(18時～21時半)						
6	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)	筋トレ/混声コーラス	麻雀開放	行政書士	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		
7	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	クラブ練馬	はつらつフェスタ 実行委員会	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)	ラテンダンス			卓球開放		
8	水	午前(9時～12時)	かるがも	シルバーエクセレント	朗読の会	豊玉卓球		
		午後(13時～17時)	ワイキキ/フラダンス	初心者麻雀開放	かめのこ会	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		
9	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	はつらつフェスタ 実行委員会	卓球開放	もちもち	
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放	パワーアップブリッジ	あじさい会	4Cサークル	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
10	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		ひかり卓球	パステル紫苑	
		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	あすなろ	ほほえみサロン	
		夜間(18時～21時半)				卓球開放		
11	土	午前(9時～12時)	筍B	健康チェック (麻雀開放中止)	EEサークル	西寿会歌唱部		控室(Swing Away)
		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	豊玉西町会	カラオケ開放		
12	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)	殺陣控え室	殺陣		カラオケ開放	いきいき健康サロン	
		夜間(18時～21時半)				豊仙会		
13	月	午前(9時～12時)	すみれ会	麻雀開放	菁漣会教室	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時～17時)	筋トレ/混声コーラス	麻雀開放	折り紙教室	絆	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	牛若会	月曜会		
14	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	桜クラブ	はつらつフェス 実行委員会	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	麻雀麻雀	ブルースカイ	若草クラブ	13:30～ 二花会	カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス	宝雀会		卓球開放		
15	水	午前(9時～12時)	蝶寿会②	初心者クラブ	ウクレレ	エーデルワイス	かたくりの会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/	NS麻雀		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		
16	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放	豊玉パソコン	卓球開放		
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放		あすなろ	介護食講座	

		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放	ライフヴィラ豊玉	カラオケ開放		
17	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		リトミック		
		午後(13時～17時)	合同わなげ大会	シルバーエクセレント	虹	歌なかま	なごみ	
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操		豊セン映画	卓球開放		
18	土	午前(9時～12時)	筍B	クラブ豊玉	EEサークル	あじさい会		
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語/ABC	幸寿会	ブルースカイ控室	林先生控室
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
19	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	豊友会	
		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。					
20	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		
		午後(13時～17時)	/混声コーラス	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		月曜会		
21	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	クラブ豊玉		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	16:00～じゅげむ	
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス			卓球開放		
22	水	午前(9時～12時)	かるがも	クラブ練馬	朗読の会	豊玉卓球	豊美会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/若竹会	初心者麻雀開放	抒情歌愛唱会	花水木	豊美会	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
23	木	午前(9時～12時)	筍A	麻雀開放		卓球開放	もちもち	
		午後(13時～17時)	/3B体操	麻雀開放	パワーアップブリッジ	歌なかま	介護食講座	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
24	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		ひかり卓球	パステル紫苑	
		午後(13時～17時)	年金者/ほほえみ	チャレンジ秋	フラセラ	ひまわり		3センター会議
		夜間(18時～21時半)				卓球開放		
25	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	グランデ控室	ファイブ	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		
26	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		
		午後(13時～17時)	竹の会②/竹の会①	クラブ練馬	Mサークル	カラオケ開放	いきいき健康サロン	
		夜間(18時～21時半)				豊仙会		
27	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	豊玉西寿会(麻雀開放中止)		卓球開放	本格イタリア料理	本格イタリア料理
		午後(13時～17時)		麻雀開放	折り紙教室	錦一楽唄会		
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
28	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)	自彊術/3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	千寿会	15:00～事業評価PJ	カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	背骨コンディショニング体操	宝雀会		卓球開放		
29	水	午前(9時～12時)			ウクレレ	豊玉卓球		
		午後(13時～17時)	/若竹会	豊セン認知症講座		カラオケレインボー		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放					
30	木	午前(9時～12時)		麻雀開放		卓球開放		
		午後(13時～17時)	楽しくロコモ体操	麻雀開放		千寿会		
		夜間(18時～21時半)		麻雀開放		カラオケ開放		
31	金	午前(9時～12時)		いきがいデイサービス		白い花		
		午後(13時～17時)	ヨガ/ヴァイオレッテ	NS麻雀		絆		
		夜間(18時～21時半)				卓球開放		

