

# 平成30年11月の予定(各部屋空き状況)

※夜間の囲・将・麻 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19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	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)	マシン/	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		
2	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		ファイブ		
		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	虹	とよキッチン	
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操			卓球開放	とよキッチン	
3	土	午前(9時~12時)	筍B	シルバーエクセレント	EEサークル	豊玉卓球	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		
		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)				J・R・C		
5	月	午前(9時~12時)	すみれ会	麻雀開放		卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)	マシン/	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	ライフヴィラ豊玉	
6	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	CONMIGO	蝶寿会②	サロンむすび	
		午後(13時~17時)	自彊術/若竹会	宝雀会	豊中書道会	ヒバリの会		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット			卓球開放		
7	水	午前(9時~12時)	ラテン	ゴールデンベリー	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/マハロ	練馬麻雀初心者クラブ	練馬消防署	花水木	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	
		午後(13時~17時)	マシン/	麻雀開放	生け花	あじさい会	パワーアップブリッジ	
		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)	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	チャレンジ春/秋		歌なかま	とよキッチン	
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操			卓球開放	とよキッチン	
10	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		
		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	松木サークル	カラオケ開放		
		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)				豊仙会		

12	月	午前(9時~12時)	すみれ会	麻雀開放	菁漣教室	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時~17時)	マシン/	麻雀開放		こだまクラブ	あんこの会	
		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)	高齢者筋力向上トレーニング	桜クラブ	混声コーラス	健康太極拳	サロンむすび	
		午後(13時~17時)	自彊術/若竹会	健康麻雀	ブルースカイ	若草クラブ	二花会	カナリヤ
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット		快音・美声	卓球開放		
14	水	午前(9時~12時)	ラテン	かるがも	よみきかせの会	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	ワイキキ/マハロ	練馬麻雀初心者クラブ	かめのこ	ひまわり	ムッシュ・グルメ	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)	マシン/	麻雀開放	わくわく講座	あすなろ		
		夜間(18時~21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
16	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		練馬会		
		午後(13時~17時)	ヨガ/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	白い花	なごみ	
		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	クラブ豊玉	EEサークル	ヒバリの会	豊玉デイ	
		午後(13時~17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	絆		
		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	イスラエルダンス	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		
		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	菁漣教室	卓球開放		
		午後(13時~17時)	マシン/若竹会	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	J・R・C		
20	火	午前(9時~12時)	高齢者筋力向上トレーニング	シルバーエクセレント	CONMIGO	健康太極拳	サロンむすび	
		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	じゅげむ	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット			卓球開放		
21	水	午前(9時~12時)	ラテン	ゴールデンベリー	ウクレレ	エーデルワイス	かたくりの会	
		午後(13時~17時)	ウォーキング講座	NS麻雀	アイロンビーズ	レインボー	176会	会議
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			J・R・C		
22	木	午前(9時~12時)	蝶寿会②	麻雀開放		卓球開放	もちもち	
		午後(13時~17時)	マシン/	麻雀開放	生け花	歌なかま	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		
23	金	午前(9時~12時)	筍A	クラブ練馬		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	チャレンジ春/秋	抒情歌愛唱会	あじさい会	とよキッチン	
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操		豊セン映画	卓球開放	とよキッチン	
		午前(9時~12時)	健康太極拳	麻雀開放	EEサークル	西寿会歌唱部	パステル琥珀	

24	土	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		
25	日	午前(9時~12時)	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	松木サークル	カラオケ開放	秋の清掃活動	
		午後(13時~17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル		ルネ南豊玉管理組合	
		夜間(18時~21時半)				豊仙会		
26	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	和菓子教室	
		午後(13時~17時)	筋トレ開放/若竹会	「日光東照宮の歴史」(麻雀開放中止)		錦一楽倶会	稲門会料理	ハンドニット
		夜間(18時~21時半)	こつこつ体操	麻雀開放中止		月曜会		
27	火	午前(9時~12時)	筍B	桜クラブ	混声コーラス	蝶寿会②	サロンむすび	
		午後(13時~17時)	自彊術/3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	若草クラブ	相続セミナー	カナリヤ
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット		快音・美声	卓球開放		
28	水	午前(9時~12時)	かるがも	クラブ練馬	よみきかせの会	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	ウォーキング講座	練馬麻雀初心者クラブ		花水木	基石洗い隊①	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			青空会		
29	木	午前(9時~12時)	筍	麻雀開放	リボンレイ	卓球開放		
		午後(13時~17時)		麻雀開放	パワーアップブリッジ	絆	基石洗い隊②	
		夜間(18時~21時半)		麻雀開放		カラオケ開放		
30	金	午前(9時~12時)		いきがいデイサービス		あすなろ		
		午後(13時~17時)		宝雀会		ひまわり	とよキッチン	
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操			卓球開放	とよキッチン	

平成30年10月25日(木) はつらつセンター豊玉