

# 平成30年 6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	金	午前(9時~12時)	高齢者筋力向上トレーニング	抽選会(いきデイ調理室)		豊玉卓球	いきデイ	
		午後(13時~17時)	ヨガの会/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	抒情歌愛唱会	コーラス虹		
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操			卓球開放		
2	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	絆		
		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			カラオケ開放		
3	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		
4	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)	筋スタ事業/ウォーキング講座		和会	白い花	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)	こつこつ体操		牛若会	月曜会		
5	火	午前(9時~12時)	高齢者筋力向上トレーニング	練馬麻雀初心者クラブ	CONMIGO	蝶寿会②	サロンオハナ	
		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		
6	水	午前(9時~12時)	クイーンベリー	クラブ豊玉	ウクレレ	エーデルワイス	わかわかかむかむ 元気応援教室	
		午後(13時~17時)	ワイキキ/マハロ	シルバーエクセレント		ひまわり	176会	ハンドニット
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			青空会		
7	木	午前(9時~12時)	筍A	麻雀開放	豊玉PC	卓球開放		
		午後(13時~17時)	筋スタ事業/ラテン		4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時~21時半)	さざんか			カラオケ開放		
8	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/	チャレンジ春/秋		あすなろ	ほほえみサロン	小物作り【A】
		夜間(18時~21時半)				卓球開放		

9	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	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	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			カラオケ開放		
10	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			
		夜間(18時~21時半)				豊仙会		
11	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③	
		午後(13時~17時)	筋スタ事業/舞踊			絆	あんこの会	
		夜間(18時~21時半)	こつこつ体操		牛若会	J・R・C		
12	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	サロンオハナ	
		午後(13時~17時)	自彊術/若竹会	健康麻雀	ニューブルースカイ	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		
13	水	午前(9時~12時)	かるがも	クラブ練馬	豊玉よみきかせの会	豊玉卓球	わかわかかむかむ 元気応援教室	
		午後(13時~17時)	ワイキキ/マハロ	練馬麻雀初心者クラブ	かめのこ会	ひまわり	男の料理教室	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		
14	木	午前(9時~12時)	筍A	麻雀開放		卓球開放	もちもち	芽吹きの会
		午後(13時~17時)	筋スタ事業/ラテン		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			カラオケ開放		
15	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①		
		午後(13時~17時)	ヨガの会/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	コーラス虹	幸寿会	なごみ	小物作り【B】
		夜間(18時~21時半)	骨盤体操			卓球開放		
16	土	午前(9時~12時)	蝶寿会②	クラブ豊玉	EEサークル	花水木		
		午後(13時~17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	ヒバリの会		
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			カラオケ開放		

17	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			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。					
18	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)	筋トレ開放/ウォーキング講座		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		牛若会	月曜会		
19	火	午前(9時~12時)	高齢者筋力向上トレーニング	練馬麻雀初心者クラブ	CONMIGO	健康太極拳	サロンオハナ	
		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		
20	水	午前(9時~12時)		クラブ練馬	ウクレレ	エーデルワイス	わかわかかむかむ 元気応援教室	
		午後(13時~17時)	/若竹会	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			J・R・C		
21	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)	/ラテン		わくわく講座	あすなろ		
		夜間(18時~21時半)	さざんか			カラオケ開放		
22	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	チャレンジ春/秋	抒情歌愛唱会	あじさい会		
		夜間(18時~21時半)				卓球開放		
23	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		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			カラオケ開放		
24	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	やさしい絵手紙準備	
		午後(13時~17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル		やさしい絵手紙	
		夜間(18時~21時半)				豊仙会		

25	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	豊玉西寿会 (午前:麻雀開放中止)	卓球開放	和菓子④		
		午後(13時～17時)	筋トレ開放/舞踊	講演会「脳血管障害」(午後:麻雀開放中止)	錦一楽協会	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		
26	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	蝶寿会②	サロンオハナ	サロンオハナ控室
		午後(13時～17時)	自彊術/3Bクラブ	健康麻雀	ニューブルースカイ	幸寿会	円満相続①	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		
27	水	午前(9時～12時)	かるがも		豊玉よみきかせの会	豊玉卓球	わかわかかむかむ 元気応援教室	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/マハロ	練馬麻雀初心者クラブ		花水木	男の料理教室	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
28	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)	/若竹会		パワーアップブリッジ	歌なかま	4Cサークル	
		夜間(18時～21時半)	さざんか			カラオケ開放		
29	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②		
		午後(13時～17時)	/事業評価PJ	宝雀会		白い花		
		夜間(18時～21時半)			豊セン映画	卓球開放		
30	土	午前(9時～12時)	健康太極拳	麻雀開放		ファイブ	讃岐うどん打ち体験教室	
		午後(13時～17時)	おひるふらん/		英語講座/	こだまクラブ		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	抽選会準備 (夜間:麻雀開放中止)		カラオケ開放		

平成30年5月25日(金) はつらつセンター豊玉