

9月

令和6年
(2024年)

センター事業カレンダー

詳しい説明は右ページと表紙をご覧ください。
末尾に★印付きの事業は募集を締め切ったものです。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館	にこにこ体操 ①9:30~ ②11:00~	筋トレマシンスタート 事業★	シニアのための 呼吸法 10:00~	にこにこ体操 ③9:30~ ④11:00~ カラオケ個人利用① 9:00~11:30	筋トレマシンスタート 事業★ あの歌この唄 ピアノ歌 14:00~	にこにこ体操 ⑤9:30~ ⑥11:00~
8	9	10	11	12	13	14
休館	にこにこ体操 ①9:30~ ②11:00~	季節の折り紙 「こぎつねのリース」 10:00~ 筋トレマシンスタート 事業★ アンドロイド講座 13:00~	eスポーツ(午前) 10:00~ カーレット体験 13:30~	にこにこ体操 ③9:30~ ④11:00~ 座ったままヨガ 10:00~	筋トレマシンスタート 事業★	演芸大会 10:30~
15	16	17	18	19	20	21
休館	ジャズ コンサート 10:45~ 落語会 14:00~ eスポーツ 13:30~	スマホ初心者教室 9:30~ 保育園交流会 10:00~ 健康相談 13:30~ 筋トレマシンスタート 事業★	東京都スマホ相談 13:00~	にこにこ体操 ③9:30~ ④11:00~ カラオケ個人利用② 9:00~ オンライン講座 14:30~	丹田呼吸法 10:00~ 川柳の会 13:30~ 筋トレマシンスタート 事業★	にこにこ体操 ⑤9:30~ ⑥11:00~
22	23	24	25	26	27	28
休館 秋分 の日	休館 振替休日	西アフリカ文化を 楽しもう 10:00~ 筋トレマシンスタート 事業★	絵手紙初心者教室 10:00~ 아이폰講座 13:00~ アイパッド講座 14:00~ *「ひかり」 10月号発行	にこにこ体操 ③9:30~ ④11:00~	スマホ初心者教室 9:30~ 健康体操 レクリエーション 13:30~ 初心者向け スマホ相談会 13:00~ 筋トレマシンスタート 事業★	にこにこ体操 ⑤9:30~ ⑥11:00~ 押絵教室 13:30~
29	30	● 開館時間 月~土・午前9時~午後5時 (日曜・祝日と年末年始は休館)				
休館	にこにこ体操 ①9:30~ ②11:00~ ミニ映画会 10:00~ 相続遺言講座 【講演】14:00~ 【相談】15:30~					

● 開館時間
月~土・午前9時~午後5時
(日曜・祝日と年末年始は休館)

お問合せは……
はつらつセンター光が丘へ
☎(03)5997-7717