

日		月	火	水	木	金	土	
1		2	3	4	5	6	7	
休館	午前	にこやか体操 脳トレチョイス	川柳道場	シニア・ヨガ	骨盤 ストレッチ	健康 いきいき体操	ハンドベル 演奏会	
	午後			もの作り 交流会	【都】スマホ 体験会			
休館	午前			知って得する スマホ教室	【都】スマホ 相談会		ボッチャ 交流会	
	午後				レクダンス		30分ボランティア クリーン大作戦	
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	
8		9	10	11	12	13	14	
休館	午前	にこやか体操	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	シニア・ヨガ	水彩色えんぴつ クラブ	健康 いきいき体操	
	午後		もの作り 交流会					
休館	午前	年賀状を 作ろう			ゆる×らく体 操	水彩色えんぴつ クラブ		
	午後	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	
15		16	17	18	19	20	21	
休館	午前	にこやか体操 &健康相談	合唱 カラオケ横丁	シニア・ヨガ	もの作り 交流会	骨盤 ストレッチ	健康 いきいき体操	
	午後			今月のつくって みよう		書道教室		
休館	午前	ゲームに トライ		今月のつくって みよう	フレイル予防 オンライン講座			
	午後				レクダンス			
		カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	
22		23	24	25	26	27	28	
休館	午前	にこやか体操	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	健康 いきいき体操	シニア・ヨガ		
	午後	大地震!!立って いられますか? 体験してみよう	わくわく カレンダー					
休館	午前	【館】スマホ 相談会						
	午後	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ休み 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	カラオケ 囲碁・将棋	
29		30	31	ハンドベル演奏会のご案内 フティソネット 12月7日(土) 11:00~11:30 プログラム 全8曲 映画音楽・クリスマスの曲 童謡・クラシック どうぞ、お楽しみください 			◆ご利用の際は 次のことをご協力ください ①手洗い、手指消毒 ②30分に1回、部屋の換気 ③お飲み物はご持参 ください ●団体受付は毎月1日 9:30~	1月の事業申込 【先着申込日】 12月21日(土)~ 【電話受付】 13:00~
休館	午前	休館	休館					
	午後			12月23日(月)起震車で震度7を体験できます。				