

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------------------------|---|---|---------------------------------------|--|---|
| 休館 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | 団体抽選会 10:00~ | 卓球開放 9:00~ | 東京都スマホ体験会 9:30~ | 元気アップ体操 10:30~ | カラオケ開放 9:00~ ポタニカルアート① 10:00~ |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | | | | | | |
| 休館 | | 折り紙教室 10:00~ 元気アップ体操 10:30~ | 水彩色鉛筆を使って みよう 10:00~ | | 健康いきいき体操 10:00~ | ポタニカルアート② 10:00~ |
| | | 囲碁・将棋開放 13:00~ | 筋トレ開放 15:00~ | カラオケ開放 13:00~ ブラボーバンド 14:00~ | | 囲碁・将棋開放 13:00~ 筋トレ開放 15:00~ |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 休館 | スポーツの日 | はつらつ体操 ①10:00~ ②11:00~ | V I D E O体操 10:00~ | | はつらつ体操 ①10:00~ ②11:00~ | カラオケ開放 9:00~ 手工芸教室 10:00~ |
| | 休館 | 楽・楽ポツチャ 14:00~ 筋トレ開放 15:00~ | 囲碁・将棋開放 13:00~ 懐かしの小さな映画会 14:00~ | 理学療法士講座 14:30~ | 囲碁・将棋開放 13:00~ 筋トレ開放 15:00~ | カラオケ開放 13:00~ |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 休館 | 11月事業申込 開始 血管年齢測定会 10:00~ | はつらつ体操 ①10:00~ ②11:00~ | | カラオケ開放 9:00~ | 11月事業申込 締切 健康いきいき体操 10:00~ | 地区祭 館内はマッサージ コーナーのみ ご利用出来ます |
| | 囲碁・将棋開放 13:00~ 輪投げ 14:00~ | 卓球開放 13:00~ 筋トレ開放 15:00~ | 囲碁・将棋開放 13:00~ eスポーツボウリング 14:00~ | スマホ初心者相談会 14:00~ | 囲碁・将棋開放 13:00~ 筋トレ開放 15:00~ | |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | ※元気アップ体操、健康いきいき体操、V I D E O体操のご利用について 各事業1回のみ、お申込みできます。当日空きがある場合でも、同じ月に1回参加されている方はご参加出来ません。 | |
| 休館 | スマホ教室 10:00~ | 11月事業抽選 結果発表 はつらつ体操 ①10:00~ ②11:00~ | V I D E O体操 10:00~ | | | |
| | 囲碁・将棋開放 13:00~ | 筋トレ開放 15:00~ | 囲碁・将棋開放 13:00~ | | | |