

日	月	火	水	木	金	土
<p>※元気アップ体操、健康いきいき体操、VIDEO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。</p> <p>※筋トレ開放は、3月より週4回（火・水・金・土曜日）になります。 参加対象は、筋トレマシンスター事業を修了された方が対象となります。</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
休館	血管年齢測定会 10:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放9:00～ VIDEO体操 10:00～ 壁面飾り 10:00～		作品展 元気アップ体操 10:30～	筋トレ開放9:00～ はつらつ健康 マーじゃん 9:15～
	囲碁・将棋開放 13:00～	カラオケ開放13:00～ 筋トレ開放15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	東京都スマホ相談会 13:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	
9	10	11	12	13	14	15
休館		元気アップ体操 10:30～	筋トレ開放9:00～ 水彩色鉛筆を使って みよう10:00～		はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	カラオケ開放9:00～ 筋トレ開放9:00～
	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～	ゲームdeボウリング 14:00～	囲碁・将棋開放 13:00～ 懐かしの小さな映画会 14:00～ 筋トレ開放15:00～	カラオケ開放13:00～
16	17	18	19	20	21	22
休館	毛筆で書いてみよう 10:00～	はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	筋トレ開放9:00～ カラオケ開放9:00～ VIDEO体操 10:00～	春分の日	4月事業申込 開始 健康いきいき体操 10:00～	筋トレ開放9:00～ 手工芸教室 10:00～
	囲碁・将棋開放 13:00～	うたと音楽の健康レクリエーション 14:00～ 筋トレ開放15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	休館	囲碁・将棋開放 13:00～ 筋トレ開放15:00～	
23	24	25	26	27	28	29
休館		はつらつ体操 ①10:00～ ②11:00～	4月事業申込 締切 筋トレ開放9:00～		健康いきいき体操 10:00～	4月事業抽選 結果発表 カラオケ開放9:00～ 筋トレ開放9:00～ 卓球開放 9:00～
	囲碁・将棋開放 13:00～ 囲碁ボール 14:00～	楽・楽ポッチャ 14:00～ 筋トレ開放15:00～	囲碁・将棋開放 13:00～	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～	カラオケ開放13:00～
30	31	<p>※注) お風呂のご利用について 換気扇修理のため3月21日（金）は、男性風呂のご利用が出来ません。 ご協力よろしくお願い致します。</p>				
休館	スマホ教室 10:00～ 囲碁・将棋開放 13:00～					