

2025年 12月

ふれあいホール利用状況表

※準備・開催・片付けの時間が含まれてあります

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	スマイル 9:50~11:30	ダンベルトレーニング 9:50~11:20			気功同好会 9:50~12:00	あそびの広場 コジャズコンサート 9:00~12:00
	ゆったりヨガ 13:45~15:45		なごみいきいき百歳体操 13:00~14:40			
7	8	9	10	11	12	13
LINKイベント 「歓喜の歌」を歌おう 10:30~15:30	スマイル 9:50~11:30	ダンベルトレーニング 9:50~11:20			気功同好会 9:50~12:00	
		プアマナフラ 13:00~15:00	なごみいきいき百歳体操 13:00~14:40			社交ダンス 13:00~15:45
14	15	16	17	18	19	20
休館日	スマイル 9:50~11:30	ダンベルトレーニング 9:50~11:20			気功同好会 9:50~12:00	絵画クラブ 9:00~11:30
	脳トレ・身トレ 12:30~16:00	ゆったりヨガ 13:45~15:45	なごみいきいき百歳体操 13:00~14:40		おれんじかふえ 12:30~16:30	
21	22	23	24	25	26	27
LINKイベント Xmasパーティー 11:00~16:00	スマイル 9:50~11:30				気功同好会 9:50~12:00	
		プアマナフラ 13:00~15:00	なごみいきいき百歳体操 13:00~14:40			社交ダンス 13:00~15:45
28	29	30	31			
休館日	休館日	休館日	休館日			

※実際の開催時間は、別紙「行事カレンダー」をご覧ください