

2026年 1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おります

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				休館日	休館日	休館日
4	5	6	7	8	9	10
休館日	ゆったりヨガ 13:45～15:45	社交ダンス 13:00～15:45	なごみいきいき百歳体操 13:00～14:40	休館日	気功同好会 9:50～12:00	あそびの広場 9:00～12:00
11	12	13	14	15	16	17
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 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	休館日	気功同好会 9:50～12:00 おれんじかふえ 12:30～16:30	絵画クラブ 9:00～11:30
18	19	20	21	22	23	24
社交ダンス 13:00～15:45	スマイル 9:50～11:30 ゆったりヨガ 13:45～15:45	ダンベルトレーニング 9:50～11:20 脳トレ・身トレ 12:30～16:00	なごみいきいき百歳体操 13:00～14:40	休館日	気功同好会 9:50～12:00	子どもクラブ 10:00～16:00
25	26	27	28	29	30	31
	スマイル 9:50～11:30	ダンベルトレーニング 9:50～11:20 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	休館日	気功同好会 9:50～12:00	

※実際の開催時間は、別紙「行事カレンダー」をご覧ください