

2026年 6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	4	5	6
	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	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	絵画クラブ 9:00~11:30
7	8	9	10	11	12	13
	スマイル 9:50~11:30 脳トレ・身トレ 12:00~16:00	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	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 ゆったりヨガ 13:45~15:45	ダンベルトレーニング 9:50~11:20	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 12:00~16:30	あそびの広場 (人形劇) 9:00~12:00
21	22	23	24	25	26	27
	スマイル 9:50~11:30	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 健康教室 13:00~15:00	
28	29	30				
		社交ダンス 13:00~15:45				