

2026年 9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
		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
6	7	8	9	10	11	12
社交ダンス 13:00～15:45	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	
13	14	15	16	17	18	19
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	社交ダンス 13:00～15:45
20	21	22	23	24	25	26
	ゆったりヨガ 13:45～15:45	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	あそびの広場 (リズム体操) 9:00～12:00
27	28	29	30			
LINKイベント (おもしろ卓球会) 9:00～16:00	スマイル 9:50～11:30	LINKイベント (歌声喫茶) 11:30～16:30	なごみいきいき百歳体操 13:00～14:40			