

おたっしゃ館行事カレンダー10月



日	曜日	内容	時間	日	曜日	内容	時間
1	日	休館日		16	月	おもちゃひろば 全員集合運動プログラム教室 筋力向上トレーニング	10:00~12:00 13:30~ 10:00~11:00
2	月	おもちゃひろば 筋力向上トレーニング 全員集合運動プログラム教室	10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~	17	火	3B体操教室 おたっしゃカフェ いきいき脳トレ教室 ステップアップ教室	10:00~11:00 10:30~13:30 11:10~12:00 9:30~11:30
3	火	3B体操教室 おたっしゃカフェ ステップアップ教室	10:00~11:00 10:30~13:30 9:30~11:30	18	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(ココトレ) 無料法律相談(要予約)	9:30~17:00 13:30~ 9:30~11:30
4	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(ココトレ)	9:30~17:00 13:30~ 9:30~11:30	19	木	きゃんどるハート「るんるん運動会」	10:30~
5	木	きゃんどるハート 「折り紙教室」	10:00~	20	金	3B体操教室 全員集合運動プログラム教室 ステップアップ教室	10:00~11:00 13:30~ 9:30~11:30 13:30~15:00
6	金	3B体操教室 全員集合運動プログラム教室 ステップアップ教室	10:00~11:00 13:30~ 9:30~11:30 13:30~15:00	21	土	転倒予防教室 囲碁大会 	10:30~11:30 9:30~17:00
7	土	転倒予防教室	10:30~11:30	22	日	休館日	
8	日	休館日 		23	月	おもちゃひろば 全員集合運動プログラム教室 筋力向上トレーニング	10:00~12:00 13:30~ 10:00~11:00
9	月 (祝)	筋力向上トレーニング	10:00~11:00	24	火	3B体操教室 おたっしゃカフェ ステップアップ教室	10:00~11:00 10:30~13:30 9:30~11:30
10	火	3B体操教室 おたっしゃカフェ ステップアップ教室	10:00~11:00 10:30~13:30 9:30~11:30	25	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(ココトレ)	9:30~17:00 13:30~ 9:30~11:30
11	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 シニアの健康食育講座 筋力教室(ココトレ)	9:30~ 13:30~ 13:30~14:30 9:30~11:30	26	木	生涯学習生きがい教室	13:30~15:00
12	木			27	金	3B体操教室 全員集合運動プログラム教室 ステップアップ教室	10:00~11:00 13:30~ 9:30~11:30 13:30~15:00
13	金	3B体操教室 全員集合運動プログラム教室 ステップアップ教室	10:00~11:00 13:30~ 9:30~11:30 13:30~15:00	28	土	転倒予防教室	10:30~11:30
14	土	転倒予防教室	10:30~11:30	29	日		
15	日	休館日		30	月	全員集合運動プログラム教室 筋力向上トレーニング	13:30~ 10:00~11:00
行事などは変更される場合がありますので予め ご了承ください。 お問い合わせは(Tel0952-52-4927)まで				31	火	3B体操教室 おたっしゃカフェ ステップアップ教室	10:00~11:00 10:30~13:30 9:30~11:30