

おたっしや館10月 行事カレンダー



日	曜日	館内行事	時間	日	曜日	館内行事	時間
1	土	転倒予防教室	10:30~11:30	16	日	休館日	
2	日	休館日		17	月	筋力向上トレーニング サーキット運動教室 おもちゃ広場	10:00~11:00 13:30~ 10:00~12:00
3	月	筋力向上トレーニング サーキット運動教室 おもちゃ広場	10:00~11:00 13:30~ 10:00~12:00	18	火	3B体操教室 ステップアップ教室 おたっしやカフェ	10:00~11:00 9:30~11:30 10:30~13:30
4	火	3B体操教室 ステップアップ教室 おたっしやカフェ	10:00~11:00 9:30~11:30 10:30~13:30	19	水	囲碁交流会 サーキット運動教室 筋力教室(ココトレ) 脳トレ 無料法律相談(要予約)	9:30~ 13:30~ 9:30~11:30 11:10~12:00
5	水	囲碁交流会 サーキット運動教室 筋力教室(ココトレ)	9:30~ 13:30~ 9:30~11:30	20	木	るんるん運動会 (きゃんどるハート)	10:00~11:00
6	木	ストレスケアミニ講座 (きゃんどるハート) 園芸教室	10:00~11:00 13:30~15:30	21	金	3B体操教室 ステップアップ教室 サーキット運動教室	10:00~11:00 9:30~11:30 13:30~
7	金	3B体操教室 ステップアップ教室 サーキット運動教室	10:00~11:00 9:30~11:30 13:30~	22	土	転倒予防教室	10:30~11:30
8	土	転倒予防教室	10:30~11:30	23	日	休館日	
9	日	休館日		24	月	筋力向上トレーニング サーキット運動教室 おもちゃ広場	10:00~11:00 13:30~ 10:00~12:00
10	月	筋力向上トレーニング	10:00~11:00	25	火	3B体操教室 ステップアップ教室 おたっしやカフェ	10:00~11:00 9:30~11:30 10:30~13:30
11	火	3B体操教室 ステップアップ教室 おたっしやカフェ	10:00~11:00 9:30~11:30 10:30~13:30	26	水	囲碁交流会 サーキット運動教室 筋力教室(ココトレ)	9:30~ 13:30~ 9:30~11:30
12	水	囲碁交流会 サーキット運動教室 筋力教室(ココトレ)	9:30~ 13:30~ 9:30~11:30	27	木	育児サークル	10:00~11:30
13	木	育児サークル	10:00~11:30	28	金	3B体操教室 ステップアップ教室 サーキット運動教室	10:00~11:00 9:30~11:30 13:30~
14	金	3B体操教室 ステップアップ教室 サーキット運動教室 いきいき美容教室	10:00~11:00 9:30~11:30 13:30~ 13:30~15:00	29	土	転倒予防教室	10:30~11:30
15	土	転倒予防教室 囲碁大会	10:30~11:30 9:30~17:00	30	日	休館日	
ステップアップ教室につきましては、参加条件があります。 詳しくは、地域包括支援センターへお尋ねください。				31	月	筋力向上トレーニング サーキット運動教室	10:00~11:00 13:30~

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(Tel.0952-52-4927)まで