

おたっしや館11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	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	16	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(コクトレ) 脳トレ 無料法律相談(要予約)	9:30～ 13:30～ 9:30～11:30 11:10～12:00
2	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(コクトレ)	9:30～ 13:30～ 9:30～11:30	17	木	育児サークル	10:00～11:30
3	木			18	金	3B体操教室 ステップアップ教室 全員集合運動プログラム教室	10:00～11:00 9:30～11:30 13:30～
4	金	3B体操教室 ステップアップ教室 全員集合運動プログラム教室	10:00～11:00 9:30～11:30 13:30～	19	土	転倒予防教室 折り紙教室 (きゃんどうるハート)	10:30～11:30 10:00～11:00
5	土	転倒予防教室 囲碁大会	10:30～11:30 9:30～17:00	20	日	休館日	
6	日	休館日		21	月	筋力向上トレーニング 全員集合運動プログラム教室 おもちゃ広場	10:00～11:00 13:30～ 10:00～12:00
7	月	筋力向上トレーニング 全員集合運動プログラム教室 おもちゃ広場	10:00～11:00 13:30～ 10:00～12:00	22	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
8	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	23	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(コクトレ)	9:30～ 13:30～ 9:30～11:30
9	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(コクトレ) スマホ教室	9:30～ 13:30～ 9:30～11:30 9:30～11:30 13:30～15:30	24	木	育児サークル なつかしい紙芝居	10:00～11:30 13:30～15:00
10	木			25	金	3B体操教室 ステップアップ教室 全員集合運動プログラム教室	10:00～11:00 9:30～11:30 13:30～
11	金	サーキット運動教室	13:30～	26	土	転倒予防教室	10:30～11:30
12	土			27	日	休館日	
13	日	休館日		28	月	筋力向上トレーニング 全員集合運動プログラム教室 おもちゃ広場	10:00～11:00 13:30～ 10:00～12:00
14	月	筋力向上トレーニング 全員集合運動プログラム教室 おもちゃ広場	10:00～11:00 13:30～ 10:00～12:00	29	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
15	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	30	水	囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 筋力教室(コクトレ)	9:30～ 13:30～ 9:30～11:30
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。							

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