



おたっしや館行事カレンダー

日	曜日	行事	時間	日	曜日	行事	時間
1	水	筋力向上トレーニング教室(ココトレ) 囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室	9:30~11:30 9:30~17:00 13:30~14:30	17	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00
2	木			18	土	囲碁大会 転倒予防教室 	9:30~17:00 10:30~11:30
3	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00	19	日	休館日	
4	土	転倒予防教室	10:30~11:30	20	月	筋力向上トレーニング教室 全員集合運動プログラム教室	10:00~11:00 13:30~14:30
5	日	休館日		21	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操 おたっしやカフェ 脳トレ教室	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30 11:10~12:00
6	月	筋力向上トレーニング教室 全員集合運動プログラム教室	10:00~11:00 13:30~14:30	22	水	筋力向上トレーニング教室(ココトレ) 囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室	9:30~11:30 9:30~17:00 13:30~14:30
7	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操 おたっしやカフェ	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30	23	木		
8	水	筋力向上トレーニング教室(ココトレ) 囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室	9:30~11:30 9:30~17:00 13:30~14:30	24	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00
9	木			25	土	転倒予防教室	10:30~11:30
10	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00	26	日	休館日	
11	土	転倒予防教室	10:30~11:30	27	月	筋力向上トレーニング教室 全員集合運動プログラム教室	10:00~11:00 13:30~14:30
12	日	休館日		28	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操	9:30~11:30 10:00~11:00
13	月	筋力向上トレーニング教室	10:00~11:00	29	水	筋力向上トレーニング教室(ココトレ) 囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室	9:30~11:30 9:30~17:00 13:30~14:30
14	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操 おたっしやカフェ	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30	30	木	高齢者の防災支援講座 「災害への備え」	13:30~15:00
15	水	筋力向上トレーニング教室(ココトレ) 囲碁交流会 全員集合運動プログラム教室 無料法律相談(要予約)	9:30~11:30 9:30~17:00 13:30~14:30	31	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00
16	木			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			