



おたっしゃ館行事カレンダー

日	曜日		時間	日	曜日		時間	
1	日	休館日		17	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室	9:30~11:30 10:00~11:00	
2	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	18	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	
3	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 おたっしゃカフェ	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30	19	木			
4	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	20	金 (祝)			
5	木			21	土	転倒予防教室	10:30~11:30	
6	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 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	22	日	休館日		
7	土	転倒予防教室	10:30~11:30	23	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	
8	日	休館日		24	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 おたっしゃカフェ 脳トレ教室	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30	
9	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	25	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	
10	火	もの忘れ相談会 ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 おたっしゃカフェ 講話「心の健康について」	9:00~16:00 9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30 13:30~15:00	26	木			
11	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	27	金	買物リハビリバス運行 ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 全員集合運動プログラム教室 コカラーボ	9:30~15:30 9:30~11:30 10:00~11:00 13:30~14:30 13:30~15:00	
12	木			28	土	転倒予防教室	10:30~11:30	
13	金	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 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	29	日	休館日		
14	土	転倒予防教室 囲碁大会	10:30~11:30 9:30~17:00	30	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	
15	日	休館日		31	火	ステップアップ教室 介護予防3B体操教室 おたっしゃカフェ	9:30~11:30 10:00~11:00 10:30~13:30	
16	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	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				