



おたっしや館行事カレンダー

| 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 おたっしやカフェ | 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) | 休館日 | |
| 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 コカラーポ | 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 おたっしやカフェ 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 おたっしやカフェ 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 コカラーポ | 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 コカラーポ | 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 おたっしやカフェ | 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 | | | |