令和5年11月 長尾ふれあいひろば貸室 スケジュール表

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3 （文化の日）	4	5
1			100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00	ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ		
2			100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00	ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ	ちくちく 9:30～11:30	
調			100才体操 13:00～15:00		ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ ふれあいフェスタ		
	6	7	8	9	10	11	12
1	公文式 13:00～17:00	すっきりボディコンディショニング 10:00-11:00 ぽかぽかの会	100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00 防災・防犯部会 19:00～21:00	お楽しみ会 13:00～17:00		
2	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00	折り紙 13:00～15:00	100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00			
調			100才体操 13:00～15:00				
	13	14	15	16	17	18	19
1	ソフトソフトエアロビクス 9:30～10:30 公文式 13:00～17:00	すっきりボディコンディショニング 10:00-11:00	100才体操 13:00～15:00	地域ふれあいの会 14:00～		5つの「る」プロジェクト	
2	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00	ぽかぽかの会	100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00		5つの「る」プロジェクト	
調			100才体操 13:00～15:00				
	20	21	22	23 （勤労感謝の日）	24	25	26
1	公文式 13:00～17:00	すっきりボディコンディショニング 10:00-11:00 お楽しみ会 13:00～17:00 役員会 19:00～21:00	100才体操 13:00～15:00		お楽しみ会 13:00～17:00	5つの「る」プロジェクト	
2	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00	ぽかぽかの会 役員会 19:00～21:00	100才体操 13:00～15:00		バリアフリーサロン 13:30～16:00	5つの「る」プロジェクト	
調			100才体操 13:00～15:00				
	27	28	29	30			
1	ソフトソフトエアロビクス 9:30～10:30 公文式 13:00～17:00	すっきりボディコンディショニング 10:00-11:00	100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00			
2	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00	ぽかぽかの会	100才体操 13:00～15:00	公文式 13:00～17:00 公文式 17:00～20:00			
調			100才体操 13:00～15:00				
1							
2							
調							