

令和7年10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			4			5			
1							100才体操		ママとベビー のストレッチ		公文式		お楽しみ会		青星会						
							13:00～15:00		10:00～12:00	17:00～20:00			13:00～17:00		9:00～11:00						
2						青少年部会	100才体操			公文式	公文式				ちくちく	ミニチュア 粘土教室	花緑部会	子どもかきかた 教室	リコーダーアン サンブルブーケ		
						9:00～12:00	13:00～15:00			13:00～17:00	17:00～20:00				9:30～11:30	13:30～16:00	19:00～	9:30～12:30	13:00～15:00		
調							100才体操														
							13:00～15:00														
6			7			8			9			10			11			12			
1	ベビー マッサージ		公文式	すっきりホディ コンディショニング	ぽかぽかの 会		100才体操		宝塚エアロビ クス	さふらん会	公文式		お楽しみ会					ストレッチヨガ			
	10:00～12:00		17:00～20:00	10:00～11:00	13:30～15:30		13:00～15:00		9:00～13:00	13:30～15:00	17:00～20:00		13:00～17:00					10:10～11:20			
2		公文式	公文式		折り紙		100才体操			公文式	公文式			防災・防犯 部会	子どもかきかた 教室						
		13:00～17:00	17:00～20:00		13:00～15:00		13:00～15:00			13:00～17:00	17:00～20:00			19:00～21:00	9:30～12:30						
調							100才体操														
							13:00～15:00														
13 スポーツの日				14			15			16			17			18			19		
1				すっきりホディ コンディショニング			100才体操		べあーず	地域ふれあ いの会	公文式		キッズの お部屋			青星会		ストレッチヨガ			
				10:00～11:00			13:00～15:00		10:00～12:00	14:00～	17:00～20:00		10:00～12:30			9:00～11:00		10:10～11:20			
2					ぽかぽかの 会	広報部会	100才体操			公文式	公文式							子どもかきかた 教室	ミニチュア 粘土教室		
					13:30～15:30	18:00～20:00	13:00～15:00			13:00～17:00	17:00～20:00						9:30～12:30	13:30～16:00			
調							100才体操														
							13:00～15:00														
20			21			22			23			24			25			26			
1	リズム&スト レッチ		公文式	すっきりホディ コンディショニング	お楽しみ会	役員会	100才体操		べあーず	さふらん会	公文式		お楽しみ会		一緒に プロジェクト	一緒に プロジェクト					
	9:30～10:30		17:00～20:00	10:00～11:00	13:00～17:00	19:00～21:00	13:00～15:00		10:00～12:00	13:30～15:00	17:00～20:00		13:00～17:00								
2		公文式	公文式		ぽかぽかの 会	役員会	100才体操			公文式	公文式		ハリアフリー サロン	藤江様	一緒に プロジェクト	一緒に プロジェクト		子どもかきかた 教室			
		13:00～17:00	17:00～20:00		13:30～15:30	19:00～21:00	13:00～15:00			13:00～17:00	17:00～20:00		13:30～16:00				9:30～12:30				
調							100才体操								一緒に プロジェクト	一緒に プロジェクト					
							13:00～15:00														
27			28			29			30			31									
1	リズム&スト レッチ		公文式	すっきりホディ コンディショニング			100才体操		宝塚エアロビ クス		公文式		お楽しみ会								
	9:30～10:30		17:00～20:00	10:00～11:00			13:00～15:00		9:00～13:00	17:00～20:00			13:00～17:00								
2		公文式	公文式		ぽかぽかの 会		100才体操			公文式	公文式										