

令和8年6月 長尾ふれあいひろば貸室 スケジュール表

	月 1			火 2			水 3			木 4			金 5			土 6			日 7			
1				すっきりホテ ィ コンディショ ニング	ぽかぽかの 会			100才体操					お楽しみ会									
				10:00~11:00	13:30~15:30			13:00~15:00					13:00~17:00									
2				すっきりホテ ィ コンディショ ニング	折り紙			100才体操		公文式	公文式					ちくちく						
				10:00~11:00	13:00~15:00			13:00~15:00		13:00~17:00	17:00~20:00					9:30~11:30						
調								100才体操														
								13:00~15:00														
	8			9			10			11			12			13			14			
1	リズム&スト レッチ			すっきりホテ ィ コンディショ ニング				100才体操					お楽しみ会	防災・防犯 部会								
	9:30~10:30			10:00~11:00				13:00~15:00					13:00~17:00	19:00~21:00								
2	リズム&スト レッチ	公文式	公文式	すっきりホテ ィ コンディショ ニング	ぽかぽかの 会			100才体操		公文式	公文式											
	9:30~10:30	13:00~17:00	17:00~20:00	10:00~11:00	13:30~15:30			13:00~15:00		13:00~17:00	17:00~20:00											
調								100才体操														
								13:00~15:00														
	15			16			17			18			19			20			21			
1				すっきりホテ ィ コンディショ ニング	お楽しみ会	役員会		100才体操		地域ふれあ いの会												
				10:00~11:00	13:00~17:00	19:00~21:00		13:00~15:00		14:00~												
2		公文式	公文式	すっきりホテ ィ コンディショ ニング	ぽかぽかの 会	役員会		100才体操		交流の場	公文式	公文式										
		13:00~17:00	17:00~20:00	10:00~11:00	13:30~15:30	19:00~21:00		13:00~15:00		9:00~12:00	13:00~17:00	17:00~20:00										
調								100才体操														
								13:00~15:00														
	22			23			24			25			26			27			28			
1	リズム&スト レッチ			すっきりホテ ィ コンディショ ニング				100才体操					お楽しみ会									
	9:30~10:30			10:00~11:00				13:00~15:00					13:00~17:00									
2	リズム&スト レッチ	公文式	公文式	すっきりホテ ィ コンディショ ニング	ぽかぽかの 会			100才体操		公文式	公文式		バリアフリー サロン									
	9:30~10:30	13:00~17:00	17:00~20:00	10:00~11:00	13:30~15:30			13:00~15:00		13:00~17:00	17:00~20:00		13:30~16:00									
調								100才体操														
								13:00~15:00														
	29			30																		
1																						
2		公文式	公文式		ぽかぽかの 会																	
		13:00~17:00	17:00~20:00		13:30~15:30																	
調																						
1																						
2																						
調																						