

令和8年7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						お楽しみ会							
									13:00~15:00						13:00~17:00							
2									100才体操									ちくちく				
									13:00~15:00									9:30~11:30				
調									100才体操													
									13:00~15:00													
		6			7			8			9			10			11			12		
1					すっきりホデイ コンディショニング	ぼかぼかの 会			100才体操						お楽しみ会	防災・防犯 部会						
					10:00~11:00	13:30~15:30			13:00~15:00						13:00~17:00	19:00~21:00						
2		公文式	公文式		すっきりホデイ コンディショニング	折り紙			100才体操		公文式	公文式						みのり工場				
		13:00~17:00	17:00~20:00		10:00~11:00	13:00~15:00			13:00~15:00		13:00~17:00	17:00~20:00						13:00~17:00				
調									100才体操													
									13:00~15:00													
		13			14			15			16			17			18			19		
1		リズム&スト レッチ			すっきりホデイ コンディショニング				100才体操			地域ふれあ いの会										
		9:30~10:30			10:00~11:00				13:00~15:00			9:00~12:00										
2		リズム&スト レッチ	公文式	公文式	すっきりホデイ コンディショニング	ぼかぼかの 会			100才体操		交流の場	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		9:00~12:00	13:00~17:00	17:00~20:00									
調									100才体操													
									13:00~15:00													
		20 海の日			21			22			23			24			25			26		
1					すっきりホデイ コンディショニング	お楽しみ会	役員会		100才体操						お楽しみ会							
					10:00~11:00	13:00~17:00			13:00~15:00						13:00~17:00							
2					すっきりホデイ コンディショニング	ぼかぼかの 会	役員会		100才体操			公文式	公文式		バリアフリー サロン					みのり工場		
					10:00~11:00	13:30~15:30			13:00~15:00			13:00~17:00	17:00~20:00		13:30~16:00				13:00~17:00			
調									100才体操													
									13:00~15:00													
		27			28			29			30			31								
1		リズム&スト レッチ			すっきりホデイ 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	すっきりホデイ コンディショニング	ぼかぼかの 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													