

# 令和8年9月の予定(各部屋空き状況)

は予約済です

各部屋空き状況が変更となる場合があります。窓口にてご確認ください。  
サークル利用に関しては、サークル代表者へお問合せください。

| 日 | 曜日 | 時間帯          | 機能回復訓練室     |          | 生涯学習室1     | 生涯学習室2 | 娯楽室      | 調理実習室   | 会議室 |
|---|----|--------------|-------------|----------|------------|--------|----------|---------|-----|
| 1 | 火  | 午前(9時～12時)   |             |          |            | こすもすの会 | 蝶寿会花     | 都スマホ    |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | 自彊術         | スクエアステップ | 宝雀会        |        | あすなろ     | 都スマホ    |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | スターバイオレット   |          |            |        |          |         |     |
| 2 | 水  | 午前(9時～12時)   | ゴールデンベリー    |          | クラブ豊玉      | ウクレレ   | エーデルワイス  |         |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | きらきらボディ     | ハウオリ     | 四暗刻クラブ     | ハンドニット | 若草クラブ    | 牛若会     |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放       |          |            |        |          |         |     |
| 3 | 木  | 午前(9時～12時)   | 筍           |          |            |        | 卓球開放     | スマホ個別相談 |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  |             | 男ヨガ      | メンタンピン     | 4Cサークル | 練馬会      |         |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | さざんか        |          |            |        |          |         |     |
| 4 | 金  | 午前(9時～12時)   | ストレッチforyou |          | 梅ちゃんサークル   |        | ひかり卓球    | 研修準備    |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | ヨーガの会       | ヴィオレッテ   | シルバーエクセレント | 虹      | 研修/ぐっすり  | 研修      |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) |             |          |            |        |          |         |     |
| 5 | 土  | 午前(9時～12時)   |             |          |            | EEサークル | 豊玉卓球     |         |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | 笑って         | 竜の会      | 塚クラブ       | ABC    | ファイブ     | シニアPC研究 |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放       |          | 塚クラブ       |        |          |         |     |
| 6 | 日  | 午前(9時～12時)   | チャンバラ体操     |          | 桜クラブ       | 松木サークル | カラオケ開放   |         |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | 竹の会②        |          | クラブ練馬      |        | Tスポーツ    |         |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) |             |          |            |        |          |         |     |
| 7 | 月  | 午前(9時～12時)   | クラブローズ      |          |            |        | 卓球開放     | てまり     |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | 地域介護        | 若竹会      | 麻雀開放       | 和会     | 絆        | あやめ句会   |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) |             |          |            |        | 月曜会      |         |     |
| 8 | 火  | 午前(9時～12時)   |             |          | シルバーエクセレント | 地域活動   | eスポーツ愛好会 | 都スマホ    |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | 自彊術         | 背骨       | 健康麻雀       | 研修     | ヒバリの会    | 都スマホ    |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | スターバイオレット   |          |            | 準備     |          |         |     |
| 9 | 水  | 午前(9時～12時)   | かるがも        |          | 四暗刻クラブ     | 鍼灸     | 豊玉卓球     | やさしいスマホ |     |
|   |    | 午後(13時～17時)  | ワイキキ        | ホノホノ会    | 麻雀初心者教室    | かめのこ会  | ひまわり     | ムッシュグルメ |     |
|   |    | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放       |          |            |        |          | ムッシュグルメ |     |

|    |   |              |                       |          |            |           |             |            |  |
|----|---|--------------|-----------------------|----------|------------|-----------|-------------|------------|--|
| 10 | 木 | 午前(9時～12時)   | 筍                     |          | 混声コーラス     | 混声コーラス    | 卓球開放        |            |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |                       | メンズヨガ    | セブンパイ      | 4Cサークル    | あじさい会       | パワーアップブリッジ |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | さざんか                  |          |            |           |             |            |  |
| 11 | 金 | 午前(9時～12時)   | のびのび                  |          |            | 自由時間      | ひかり卓球       |            |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 年金者                   | 囲碁ボール    | 平和の会       | チャレンジ春秋   | 輪投げクラブ/ぐっすり | 自由時間       |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 囲碁ボール                 |          |            |           |             |            |  |
| 12 | 土 | 午前(9時～12時)   |                       |          | 健康チェック     | EEサークル    | 西寿会歌唱部      |            |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 筋トレ開放                 | 竜の会      | 卒業生サロン     | ABC       | ファイブ        | 豊玉マジック     |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |                       |          |            |           |             |            |  |
| 13 | 日 | 午前(9時～12時)   |                       |          | クラブ豊玉      | イスラエルダンス  | カラオケ開放      | 松木サークル     |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 竹の会②                  | ボッチャ     | NS麻雀       | Tスポーツとよたま |             |            |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |                       |          |            |           |             |            |  |
| 14 | 月 | 午前(9時～12時)   | マハロ                   |          |            | スマホ地図     | 卓球開放        | 和菓子教室      |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |                       | 若竹会      |            | 絵を描こう     | 練馬会         | 和菓子サークル    |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 月ヨーガ                  |          |            |           | 月曜会         |            |  |
| 15 | 火 | 午前(9時～12時)   |                       |          |            | 地域活動      |             | 都スマホ       |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 自彊術                   | スクエアステップ | クラブ練馬      | 火曜会       | 若草クラブ       | 都スマホ       |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | スターバイオレット             |          |            |           |             |            |  |
| 16 | 水 | 午前(9時～12時)   | ゴールデンベリー              |          | 桜クラブ       | はつらつウクレレ  | エーデルワイス     | いきいき栄養講座   |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | きらきらボディ               | ハウオリ     | 四暗刻クラブ     | おはりばこ     | レインボー       | はつらつ川柳豊玉   |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放                 |          |            |           |             |            |  |
| 17 | 木 | 午前(9時～12時)   | 筍                     |          | ゲーム体験会     |           | 卓球開放        | スマホ個別相談    |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |                       | 男ヨガ      | メンタンピン     | PTフレイル    | あすなろ        |            |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | さざんか                  |          |            |           |             |            |  |
| 18 | 金 | 午前(9時～12時)   | ストレッチforyou           |          | 梅ちゃんサークル   |           | ひかり卓球       | セミナー       |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | ヨーガの会                 | ヴィオレッテ   | シルバーエクセレント | 虹         | 地域介護/ぐっすり   | セミナー       |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |                       |          |            |           |             |            |  |
| 19 | 土 | 午前(9時～12時)   |                       |          | クラブ練馬      | EEサークル    | 豊玉卓球        |            |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 笑って                   | 竜の会      | 塚クラブ       | ABC       | 絆           | たまっこ       |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放                 |          | 塚クラブ       |           |             | たまっこ       |  |
| 20 | 日 | 午前(9時～12時)   | チャンバラ体操               |          | 桜クラブ       | 松木サークル    | カラオケ開放      | たまっこ片付け    |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 竹の会②                  | ボッチャ     | 宝雀会        | 豊センシアター   | Tスポーツとよたま   |            |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 第三日曜日の為、午後5時で閉館となります。 |          |            |           |             |            |  |

|    |   |              |            |       |            |            |             |        |  |
|----|---|--------------|------------|-------|------------|------------|-------------|--------|--|
| 21 | 月 | 午前(9時～12時)   |            |       |            | スマホ地図      | 卓球開放        | 世話人会   |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |            | 若竹会   | 麻雀開放       | 和会         | ハンドニット      | あやめ句会  |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |            |       |            |            | 月曜会         |        |  |
| 22 | 火 | 午前(9時～12時)   | ヴィオレッテ     |       | クラブ豊玉      | eスポーツ愛好会   | 蝶寿会花        | 都スマホ   |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |            | 背骨    | 健康麻雀       | ブルースカイ     | ヒバリの会       | 都スマホ   |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | スターバイオレット  |       |            | 鍼灸準備       |             |        |  |
| 23 | 水 | 午前(9時～12時)   | かるがも       |       | シルバーエクセレント | 鍼灸         | 豊玉卓球        |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | ワイキキ       | ホノホノ会 | 麻雀初心者教室    | 牛若会        | 地域介護        | 稲門会料理  |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放      |       |            |            |             |        |  |
| 24 | 木 | 午前(9時～12時)   | 筍          |       | 混声コーラス     | 混声コーラス     | 卓球開放        |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | ねりまち       | メンズヨガ | NS麻雀       | パワーアップブリッジ | あじさい会       | 4Cサークル |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | さざんか       |       |            | 自由時間準備     |             |        |  |
| 25 | 金 | 午前(9時～12時)   | のびのび       |       | 桜クラブ       | 自由時間       | ひかり卓球       |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 年金者        | 囲碁ボール | 平和の会       | チャレンジ春秋    | 輪投げクラブ/ぐっすり | 豊玉マジック |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 囲碁ボール      |       |            |            |             |        |  |
| 26 | 土 | 午前(9時～12時)   |            |       | 麻雀開放       |            | 西寿会歌唱部      |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 敬老祭準備      |       |            |            |             |        |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |            |       |            |            |             |        |  |
| 27 | 日 | 午前(9時～12時)   | 敬老祭        |       |            |            |             |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |            |       |            |            |             |        |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) |            |       |            |            |             |        |  |
| 28 | 月 | 午前(9時～12時)   | マハロ        |       | 豊玉西寿会      | 豊玉西寿会      | 卓球開放        | 和菓子教室  |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  |            | 若竹会   | 映画会        | 映画会        | 楽唄会         | ハンドニット |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 月ヨーガ       |       |            |            | 月曜会         |        |  |
| 29 | 火 | 午前(9時～12時)   | 筋力向上トレーニング |       | クラブ豊玉      | ナフサ講座      | 地域介護        |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 自彊術        |       | 四暗刻クラブ     |            | 地域介護        |        |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 準備         |       |            |            |             |        |  |
| 30 | 水 | 午前(9時～12時)   | 足裏測定会      |       |            | ブックトーク     |             |        |  |
|    |   | 午後(13時～17時)  | 足裏測定会      | 足裏測定会 | クラブ練馬      | 事業         | レインボー       |        |  |
|    |   | 夜間(18時～21時半) | 筋トレ開放      |       |            |            |             |        |  |

令和8年8月25日更新 はつらつセンター豊玉