



2月10日(月)現在

日	曜日	部屋 (場所)	午前		午後		夜間	
			時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)
1日	土	グループ活動室①			13:00	文花の会		
		グループ活動室②			13:00	麻雀友の会		
		和室			15:30	フレッシュ体操		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	14:00	脱メタボクラブ		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
2日	日	グループ活動室①			13:00	緑会		
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会		
		和室			15:00	いきプラ体操		
		交流活動室			13:00	ピーチクぱーちく		
3日	月	グループ活動室①			13:00	絵手紙		
		グループ活動室②			13:00	絵手紙		
		和室	10:00	カラオケ			16:30	リラックスヨガ
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ	13:00	盆踊り		
4日	火	グループ活動室①	10:00	初めての麻雀	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②	9:00	野菊の会 (立礼)	13:00	ひまわりの会		
		和室	9:30	脳活体操	13:00	カラオケ		
			10:45	脳活体操	14:30	元気体操 (中級)		
					15:45	元気体操 (上級)		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
5日	水	和室			15:00	ナガラフィットネス		
		交流活動室			13:00	お楽しみタイム		
		交流活動室			14:30	元気体操 (中級)		
					15:45	元気体操 (上級)		
		キッズコーナー	10:00	あしたばフレンズ				
ラウンジ			13:30	パソコン講座				
6日	木	グループ活動室①			13:00	詩吟		
		グループ活動室②			13:30	木木会		
		和室			13:30	健康太極拳		
		交流活動室			12:00	会食会		
					14:30	昭和歌謡		
キッズコーナー	10:30	お茶会 (野点)	13:00	囲碁将棋				
7日	金	グループ活動室①	10:00	いきいき英会話	13:00	白百合の会		
		グループ活動室②	10:00	つばきミュージックサロン	13:00	SUMIDAサークル	17:30	いけばな
		和室	9:30	さわやか体操 (中級)	13:00	盆踊り		
			10:45	さわやか体操 (上級)	14:30	脳いきいき体操		
					15:45	脳いきいき体操		
		交流活動室	10:00	コーラス倶楽部	13:30	10才若返り体操		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				

予定は変更になる場合がございます。窓口へお尋ねください。黒字は各団体サークル活動です。

日	曜日	部屋 (場所)	午前		午後		夜間	
			時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)
8日	土	グループ活動室①			13:00	麻雀友の会		
		グループ活動室②	10:00	きらめき書道土よう会	13:00	いきがいクラブ		
		和室			13:00	和みヨガ		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	14:00	脱メタボクラブ		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
9日	日	和室			13:00	アロハスマイル		
		交流活動室			13:00	ピーチクぱーちく		
		キッズコーナー			15:00	いきプラ体操		
10日	月	グループ活動室①			13:00	絵手紙		
		グループ活動室②	9:30	瑤友会	13:00	絵手紙		
		和室	10:00	カラオケ			16:30	リラックスヨガ
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				
		トレーニング室			14:40	トレーニング初回講習		
11日	火	グループ活動室①	9:30	けんぱん女子の会	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②	9:00	野菊の会 (立礼式)	13:00	ひまわりの会		
		和室	9:30	ストレッチ体操 (椅子)	13:00	盆踊り		
			10:45	ストレッチ体操 (立位)	14:30	ストレッチ体操 (椅子)		
					15:45	ストレッチ体操 (立位)		
		交流活動室			15:30	元気に歩くための体操		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
12日	水	グループ活動室②	9:00	ボードゲーム				
		和室	10:00	カラオケ	12:30	長寿マッサージ	16:00	ナガラフィットネス
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	10:00	あしたばフレンズ	13:30	折り紙教室		
		ラウンジ			13:30	パソコン講座		
13日	木	グループ活動室①	9:00	リコーダーアンサンブル奏	13:00	麻雀の会		
		グループ活動室②			13:00	詩吟		
		和室	9:00	野菊の会 (茶道)	13:30	健康太極拳		
		交流活動室			12:00	会食会		
					14:00	いきいきカフェ		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋				
14日	金	グループ活動室①	10:00	いきいき英会話	13:00	業平会		
		グループ活動室②	10:00	つばきミュージックサロン	13:00	白百合の会		
		和室	9:30	元気体操 (中級)	13:00	盆踊り		
			10:45	元気体操 (上級)	14:30	元気体操 (中級)		
					15:45	元気体操 (上級)		
		交流活動室	10:00	コーラス倶楽部	13:30	10才若返り体操		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				

予定は変更になる場合がございます。窓口へお尋ねください。黒字は各団体サークル活動です。

3月 いきいきプラザ予定表

日	曜日	部屋 (場所)	午前		午後		夜間	
			時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)
15日	土	グループ活動室①			13:00	文花の会		
		グループ活動室②			13:00	麻雀友の会		
		和室			15:30	フレッシュ体操		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	14:00	脱メタボクラブ		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
16日	日	グループ活動室①			13:00	緑会		
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会		
		和室			15:00	いきプラ体操		
		交流活動室	9:30	きらめきシネマ	13:00	ピーチクぱーちく		
17日	月	グループ活動室①			13:00	絵手紙		
		グループ活動室②			13:00	絵手紙		
		和室	10:00	カラオケ			16:30	リラックスヨガ
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ	13:00	盆踊り		
18日	火	グループ活動室①	10:00	初めての麻雀	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②	9:00	野菊の会 (立礼式)	13:00	ひまわりの会		
		和室	9:30	脳活体操	13:00	カラオケ		
			10:45	脳活体操				
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ		
19日	水	休館日						
20日	木	改修工事のため休館						
21日	金	改修工事のため休館						
22日	土	グループ活動室①			13:00	麻雀友の会		
		グループ活動室②	10:00	きらめき書道土よう会				
		和室			13:00	和みヨガ		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	14:00	脱メタボクラブ		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
23日	日	グループ活動室①			13:00	いきがいクラブ		
		グループ活動室②			13:00	あづま句会		
		和室			13:30	アロハスマイル		
		交流活動室			13:00	ピーチクぱーちく		
		キッズコーナー			15:00	いきプラ体操		
24日	月	グループ活動室①			13:00	絵手紙		
		グループ活動室②	9:30	瑤友会	13:00	絵手紙		
		和室	10:00	カラオケ			16:30	リラックスヨガ
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				

予定は変更になる場合がございます。窓口へお尋ねください。黒字は各団体サークル活動です。

3月 いきいきプラザ予定表

日	曜日	部屋 (場所)	午前		午後		夜間	
			時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)	時間	内容 (団体)
25日	火	グループ活動室①	9:30	けんぱん女子の会	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②	9:00	野菊の会 (立礼式)	13:00	ひまわりの会		
		和室	9:30	ストレッチ体操 (椅子)	13:00	盆踊り		
			10:45	ストレッチ体操 (立位)	14:30	ストレッチ体操 (椅子)		
					15:45	ストレッチ体操 (立位)		
		交流活動室			15:30	元気に歩くための体操		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ		
26日	水	グループ活動室②	9:00	ボードゲーム				
		和室	10:00	カラオケ	12:30	長寿マッサージ	16:00	ナガラフィットネス
		交流活動室	10:00	健康麻雀	13:00	健康麻雀		
		キッズコーナー	10:00	あしたばフレンズ	13:30	折り紙教室		
			13:30	パソコン講座				
27日	木	グループ活動室①	9:00	リコーダーアンサンブル奏	13:00	麻雀の会		
		グループ活動室②			13:00	詩吟		
		和室	9:00	野菊の会 (茶道)	13:30	健康太極拳		
		交流活動室			12:00	会食会		
					14:30	昭和歌謡		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
			10:40	トレーニング初回講習				
28日	金	グループ活動室①	10:00	いきいき英会話	13:00	業平会		
		グループ活動室②	10:00	つばさミュージックサロン	13:00	曳舟川短歌会		
		和室	9:30	元気体操 (中級)	13:00	盆踊り	16:30	みんなで学習
			10:45	元気体操 (上級)	14:30	元気体操 (中級)		
					15:45	元気体操 (上級)		
		交流活動室	9:30	さわやか体操 (中級)	13:30	10才若返り体操	17:30	みんなで食堂
			10:45	さわやか体操 (上級)				
キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:30	脳いきいき体操	16:30	みんなで学習		
			15:45	脳いきいき体操				
29日	土	グループ活動室①			13:00	麻雀友の会		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	14:00	脱メタボクラブ		
30日	日	和室			15:00	いきプラ体操		
31日	月	和室	10:00	カラオケ			16:30	リラックスヨガ
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				

予定は変更になる場合がございます。窓口へお尋ねください。黒字は各団体サークル活動です。