

No2

3月いきいきプラザ予定表

2月10日(火)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	日	グループ活動室①	10:00	ぬり絵切り絵タイム	13:00	緑会		
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会	17:30	いけばな
		和室			15:00	いきプラ体操		
		交流活動室	9:30	春の折り紙リースを作ろう	13:00	ピーチクぱーちく		
		キッズコーナー	9:30	ポッチャ				
2日	月	グループ活動室①	10:00	初めての麻雀教室	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		
3日	火	グループ活動室①			13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②			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	よいしょ体操(中級)		
					15:45	よいしょ体操(上級)		
		交流活動室	9:30	春の折り紙リースを作ろう	15:00	笑って元気!脳活ゲーム教室		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
4日	水	グループ活動室①	9:00	HELLO				
		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		
		キッズコーナー	10:00	あしたばフレンズ				
		ラウンジ			13:30	パソコン教室		
5日	木	グループ活動室①	10:00	癒しの切り絵	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				
6日	金	グループ活動室①	10:00	いきいき英会話				
		グループ活動室②	10:00	つばさミュージックサロン	13:00	白百合の会	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	9:00	コーラス倶楽部				
キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ				
7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	13:00	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		

※予定は変更・中止になる場合がございます。最新情報は受付へお尋ねください。黒字はサークル活動です。

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)
8日	日	グループ活動室①	10:00	ぬり絵切り絵タイム				
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会	17:30	いけばな
		和室			13:30	アロハスマイル		
		交流活動室	10:00	脳トレクイズオンライン	13:00	ピーチクぱーちく		
		キッズコーナー	9:30	ポッチャ	15:00	いきプラ体操		
9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	14:00	椅子に座って社交ダンス	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		
10日	火	グループ活動室①	9:00	けんぱん女子の会	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②			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A		
					16:20	元気に歩くための体操B		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
11日	水	グループ活動室①	9:00	HELLO	13:00	いきいき手芸倶楽部		
		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	パソコン教室				
12日	木	グループ活動室①	10:00	リコーダーアンサンブル奏	13:00	詩吟		
		グループ活動室②			13:00	麻雀の会		
		和室			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				
13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	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	9:00	コーラス倶楽部				
キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ				
14日	土	グループ活動室①	10:00	布ぞうり	13:00	いきがいクラブ		
		グループ活動室②	10:00	きらめき書道土よう会	13:00	麻雀友の会		
		和室			13:00	和みヨガ(椅子)		
					14:30	和みヨガ(マット)		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	13:00	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				

※予定は変更・中止になる場合がございます。最新情報は受付へお尋ねください。黒字はサークル活動です。

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	日	グループ活動室①	10:00	ぬり絵切り絵タイム	13:00	緑会		
		グループ活動室②					17:30	いけばな
		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		
		キッズコーナー	9:30	ポッチャ				
16日	月	グループ活動室①	10:00	初めての麻雀教室	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	14:00	昭和歌謡フラダンス	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		
17日	火	グループ活動室①			13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②			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	よいしょ体操 (中級)		
					15:45	よいしょ体操 (上級)		
		交流活動室			15:00	笑って元気!脳活ゲーム教室		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
18日	水	休館日						
19日	木	グループ活動室①	10:00	癒しの切り絵	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		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
20日	金	グループ活動室②	10:00	つばさミュージックサロン	13:00	白百合の会		
		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	10:30	歴史を覗こう	13:30	大人の小物作り教室		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ		
21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	13:00	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		
22日	日	グループ活動室①	10:00	ぬり絵切り絵タイム				
		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	9:30	ポッチャ	15:00	いきプラ体操		
23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	14:00	椅子に座って社交ダンス	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・中止になる場合がございます。最新情報は受付へお尋ねください。黒字はサークル活動です。

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)
24日	火	グループ活動室①	9:00	けんぱん女子の会	13:00	竹馬の会		
		グループ活動室②			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A		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ		
25日	水	グループ活動室①	9:00	HELLO	13:00	いきいき手芸倶楽部		
		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	パソコン教室			
26日	木	グループ活動室①	10:00	リコーダーアンサンブル奏	13:00	詩吟		
		グループ活動室②			13:00	麻雀の会		
		和室			13:30	健康太極拳		
		交流活動室			12:00	会食会		
		キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
	トレーニング室	10:40	トレーニング初回講習					
27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	13:30	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	9:00	コーラス倶楽部			17:30	みんなで食堂
キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ	16:30	みんなで学習		
28日	土	グループ活動室①	10:00	布ぞうり	13:00	いきがいクラブ		
		グループ活動室②	10:00	きらめき書道土よう会	13:00	麻雀友の会		
		和室			13:00	和みヨガ (椅子)		
					14:30	和みヨガ (マット)		
		交流活動室	10:00	折り紙サロン	13:00	脱メタボクラブ		
キッズコーナー	9:30	体力測定	13:30	体力測定				
29日	日	グループ活動室①	10:00	ぬり絵切り絵タイム				
		グループ活動室②						
		和室			15:00	いきプラ体操		
		交流活動室	9:30	体力測定	13:30	体力測定		
キッズコーナー	9:30	ポッチャ						
30日	月	和室	10:00	カラオケ				
		交流活動室	9:30	体力測定	13:30	体力測定		
		キッズコーナー	9:00	輪投げ				
31日	火	交流活動室	9:30	体力測定	13:30	体力測定		
		キッズコーナー			13:00	輪投げ		

※予定は変更・中止になる場合がございます。最新情報は受付へお尋ねください。黒字はサークル活動です。