

## No2

## 4月いきいきプラザ予定表

## 3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	水	グループ活動室①	9:00	HELLO				
		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		
2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	10:30	お茶会(野点)	13:00	囲碁将棋		
3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	つばき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				
4日	土	キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ		
		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		
5日	日	キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	囲碁将棋		
		グループ活動室①	10:00	塗り絵切り絵タイム	13:00	緑会		
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会		
		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		
6日	月		9:30	ポッチャ				
		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		
7日	火	キッズコーナー	9:00	輪投げ	13:00	盆踊り		
		グループ活動室①			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(初級)	13:00	カラオケ		
			10:45	脳活体操(初級)				
		交流活動室	10:00	チタポ体操	15:30	笑福体操		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				

※予定は変更・中止と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。

## 4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	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	14:00	お花の雑貨を作ろう		
		和室	10:00	カラオケ	12:30	長寿マッサージ		
		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		
9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	9:00	野菊会の会(茶道)	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		
10日	金				14:00	いきいきカフェ		
		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)		
		交流活動室	9:00	コーラス倶楽部			15:45	元気体操(上級)
11日	土	キッズコーナー	9:00	輪投げ	14:00	ポッチャ		
		グループ活動室①	10:00	布ぞうり	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(椅子)		
12日	日				14:30	和みヨガ(マット)		
		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		
		グループ活動室①	10:00	塗り絵切り絵タイム				
		グループ活動室②	10:00	お花の雑貨を作ろう				
13日	月	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		
		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		
14日	火	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	マシン講習		
		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	9:00	野菊の会(立礼)	13:00	ひまわりの会		
14日	火	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	10:00	チタポ体操	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		

※予定は変更・中止と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。

4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	水	休館日						
16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		
17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	つばき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 (初級)		
					15:45	脳いきいき体操 (初級)		
		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				
18日	土	グループ活動室②			13:00	麻雀友の会		
		和室	9:30	シニアフィットネス	13:30	脳トレ散歩		
			10:45	スマイルマットエクササイズ	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				
19日	日	グループ活動室①	10:00	塗り絵切り絵タイム	13:00	緑会		
		グループ活動室②			13:00	きらめき書道日よう会		
		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						
20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		
21日	火	グループ活動室①			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 (初級)	13:00	カラオケ		
			10:45	脳活体操 (初級)	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	10:00	チタポ体操	15:30	笑福体操		
キッズコーナー	10:00	囲碁将棋	13:00	輪投げ				
22日	水	グループ活動室①	9:30	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		
		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	パソコン教室				

※予定は変更・中止と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。

4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)
23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	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		
		トレーニング室	10:40	マシン講習				
24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	13:30	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)	17:30	みんなで食堂
		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	16:30	みんなで学習		
25日	土	グループ活動室①	10:00	布ぞうり	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 (椅子)		
					14:30	和みヨガ (マット)		
		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				
26日	日	グループ活動室①	10:00	塗り絵切り絵タイム	13:00	あづま句会		
		和室	10:00	脳トレクイズオンライン	13:30	アロハスマイル		
		交流活動室	9:30	折り紙サロン	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		
27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				
28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	9:00	野菊の会 (立礼)	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	10:00	チタポ体操	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				
29日	水	グループ活動室①	9:00	HELLO				
		和室	9:30	ストレッチ体操 (椅子)	14:30	ストレッチ体操 (椅子)		
			10:45	ストレッチ体操 (立位)	15:45	ストレッチ体操 (立位)		
30日	木	グループ活動室①	10:00	癒しの切り絵				
		グループ活動室②	10:00	スマホ相談会	13:00	麻雀の会		
		和室	9:00	野菊の会 (茶道)				
		交流活動室			12:00	会食会		

※予定は変更・中止と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。