

令和6年12月の予定(各部屋空き状況)



は予約済です

緊急事態宣言に伴う利用制限等の詳細は、センターホームページをご覧ください。
 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。
 国・東京都の方針に変化が見られた際など、必要に応じて見直しを行いません。

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	日	午前(9時~12時)		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スポーツとよたま		
		夜間(18時~21時半)						
2	月	午前(9時~12時)		麻雀開放	麻雀意見交換会	卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)	若竹会		和会	絆	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)			牛若会	月曜会		
3	火	午前(9時~12時)		荒川交流会		蝶寿会2		
		午後(13時~17時)	自彊術 スクエアステップ	宝雀会		雨天時青空ウオーキング		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					
4	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	フラワーレッスン準備	
		午後(13時~17時)	きらきらボディ	四暗刻クラブ	ハンドニット	若草クラブ	フラワーレッスン	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
5	木	午前(9時~12時)	筍A			卓球開放		
		午後(13時~17時)		クラブ練馬	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
6	金	午前(9時~12時)	音楽に合わせて体操しよう			ひかり卓球		
		午後(13時~17時)	ヨガの会	シルバーエクセレント		あすなろ		
		夜間(18時~21時半)						
7	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	筋トレ開放 竜の会	塚クラブ	ABC	ファイブ	シニアパソコン研究会	
		夜間(18時~21時半)						
8	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 ポッチャ	NS麻雀	Tスポーツとよたま			
		夜間(18時~21時半)						

9	月	午前(9時~12時)	マハロ		麻雀開放	スマホ基本	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時~17時)		若竹会		絵を描こう		和菓子サークル	
		夜間(18時~21時半)					月曜会		
10	火	午前(9時~12時)				サロンはなみずき	ヒバリの会	都スマホ	
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	白い花	都スマホ	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさん体操		
11	水	午前(9時~12時)	かるがも		桜クラブ		豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	ワイキキ	ハウオリ	四暗刻クラブ	かめのこ会	ひまわり	ムッシュグルメの会	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
12	木	午前(9時~12時)	筍A		混声コーラス		卓球開放	もち・もちの会	
		午後(13時~17時)			シルバーエクセレント	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						
13	金	午前(9時~12時)	音楽に合わせて体操しよう		ゲームライフ体験会	自由時間	ひかり卓球		
		午後(13時~17時)	年金者	囲碁ボール	チャレンジ春秋	絵本パステル	輪投げクラブ		
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール						
14	土	午前(9時~12時)	筍B		健康チェック	EEサークル	西寿会歌唱部		
		午後(13時~17時)	笑って体カ⑤	竜の会	麻雀入門講座	英語⑦	ABC	若草クラブ	豊玉マジック
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
15	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	トヨスマ相談会	
		午後(13時~17時)	竹の会②		宝雀会	豊センシアター			
		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。						
16	月	午前(9時~12時)	クラブローズ		麻雀開放	スマホ基本	卓球開放	世話人会	
		午後(13時~17時)		若竹会		刺子応用②	ハンドニット	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)					牛若会	月曜会	
17	火	午前(9時~12時)			ゲームライフ体験会			区スマホ	
		午後(13時~17時)	自彊術	スクエアステップ	シルバーエクセレント	火曜会	練馬会	刺子	
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット						
18	水	午前(9時~12時)	ゴールドンベリー			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	エッグドール	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						

19	木	午前(9時~12時)	筍A		桜クラブ		卓球開放		
		午後(13時~17時)			クラブ練馬	PTフレイル	あすなろ	折り紙	
		夜間(18時~21時半)	さざんか						
20	金	午前(9時~12時)	音楽に合わせて体操しよう			生活機能チェックリストをやってみよう	ひかり卓球	なごみ練習	
		午後(13時~17時)	ヨガの会	ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	ファイブ	なごみ	
		夜間(18時~21時半)							
21	土	午前(9時~12時)	筍B		絵本たのしむ会	EEサークル	豊玉卓球	トヨスマ相談会	
		午後(13時~17時)	笑って体力⑥	竜の会	塚クラブ	英語⑧	ABC	絆	たまっこ
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
22	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	たまっこ片付け	
		午後(13時~17時)	竹の会②	ポッチャ	クラブ練馬	Tスポーツとよたま			
		夜間(18時~21時半)							
23	月	午前(9時~12時)	マハロ		豊玉西寿会		卓球開放		
		午後(13時~17時)		若竹会	映画会		楽唄会	ハンドニット	
		夜間(18時~21時半)					月曜会		
24	火	午前(9時~12時)				サロンはなみずき	蝶寿会2	区スマホ	
		午後(13時~17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	ヒバリの会		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット				しのさん体操		
25	水	午前(9時~12時)	かるがも		クラブ豊玉		豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	ワイキキ		四暗刻クラブ	小物	白い花		
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
26	木	午前(9時~12時)	筍A		混声コーラス		卓球開放	もち・もちの会	
		午後(13時~17時)			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						
27	金	午前(9時~12時)	音楽に合わせて体操しよう			自由時間	ひかり卓球		
		午後(13時~17時)	年金者	囲碁ボール	チャレンジ春秋	和会	輪投げクラブ	麻の葉	
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール						
28	土	午前(9時~12時)	筍B		初心者麻雀開放	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	麻雀入門講座	英語⑨	ABC		豊玉マジック
		夜間(18時~21時半)							

29	日	午前(9時~12時)	12月29日(日)~1月3日(金)まで休館となります。
		午後(13時~17時)	
		夜間(18時~21時半)	
30	月	午前(9時~12時)	
		午後(13時~17時)	
		夜間(18時~21時半)	
31	火	午前(9時~12時)	
		午後(13時~17時)	
		夜間(18時~21時半)	

令和6年11月22日更新 はつらつセンター豊玉