

令和8年2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ないます。

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)	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スポーツとよたま		
		夜間(18時～21時半)						
2	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	麻雀開放		卓球開放	てまり	
		午後(13時～17時)	筋スタ①	若竹会	麻雀開放	和会	あすなろ	あやめ句会
		夜間(18時～21時半)	がんばらないヨガ		牛若会	月曜会		
3	火	午前(9時～12時)			こすもすの会	蝶寿会花	甘酒	
		午後(13時～17時)	自彊術	スクエアステップ	宝雀会	終活	夜のぐっすり	甘酒
		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		
		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	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放					
5	木	午前(9時～12時)	筍A	クラブ練馬		卓球開放	スマホ個別相談	
		午後(13時～17時)	筋スタ②	夜のぐっすり		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)	ストレッチforyou	平和の会		ひかり卓球		
		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	絆	
		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)	笑って体力	竜の会	塚クラブ	ABC	ファイブ	シニアパソコン
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ				
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	ボッチャ	NS麻雀	Tスポーツとよたま	ヒバリの会	
		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)	筋スタ③	若竹会	麻雀開放	絵を描こう		和菓子サークル
		夜間(18時～21時半)	月ヨーガ				月曜会	

10	火	午前(9時～12時)			桜クラブ				
		午後(13時～17時)	自彊術	3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	夜のぐっすり		
		夜間(18時～21時半)	スターバイオレット						
11	水	午前(9時～12時)	かるがも		ゲーム選考会		豊玉卓球		
		午後(13時～17時)	ワイキキ	美ウォーク	四暗刻クラブ	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	
12	木	午前(9時～12時)	筍A		混声コーラス	混声コーラス	卓球開放	もち・もちの会	
		午後(13時～17時)	筋スタ④	夜のぐっすり	シルバーエクセレント	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						
13	金	午前(9時～12時)	のびのび体操		ゲーム体験会	自由時間	ひかり卓球		
		午後(13時～17時)	年金者	囲碁ボール	平和の会	エッグドール	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)	筋トレ開放	竜の会	麻雀初心者教室	ABC		豊玉マジック	
		夜間(18時～21時半)							
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		
		午後(13時～17時)	竹の会②		宝雀会	豊センシアター	若草クラブ		
		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)	筋スタ⑤	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)	がんばらないヨガ			牛若会	月曜会		
17	火	午前(9時～12時)							
		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	夜のぐっすり		
		夜間(18時～21時半)	スターバイオレット						
18	水	午前(9時～12時)	ゴールデンベリー		クラブ豊玉	ウクレレ	エーデルワイス	区スマホ	
		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						
19	木	午前(9時～12時)	筍A		準備	準備	卓球開放	スマホ個別相談	
		午後(13時～17時)	筋スタ⑥	夜のぐっすり	PTフレイル	PTフレイル	あすなろ		
		夜間(18時～21時半)	さざんか						

20	金	午前(9時～12時)	ストレッチforyou	平和の会		ひかり卓球		
		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	練馬会	なごみ
		夜間(18時～21時半)						
21	土	午前(9時～12時)	筍B		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)	筋トレ解放		塚クラブ		たまっこ	
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	ボッチャ	クラブ練馬	Tスポーツとよたま	折り紙教室	
		夜間(18時～21時半)						
23	月	午前(9時～12時)	マハロ	豊玉西寿会	豊玉西寿会	卓球開放		
		午後(13時～17時)	筋スタ⑦	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		
24	火	午前(9時～12時)		桜クラブ	事業	蝶寿会花	豚汁	
		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	豚汁
		夜間(18時～21時半)	スターバイオレット					
25	水	午前(9時～12時)	かるがも	ゲーム体験		豊玉卓球	区スマホ	
		午後(13時～17時)	ワイキキ	美ウォーク	四暗刻クラブ	事業	レインボー	
		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	混声コーラス	卓球開放	もち・もちの会	
		午後(13時～17時)	筋スタ⑧		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)	のびのび体操		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	麻の葉
		夜間(18時～21時半)	囲碁ボール		夜ぐっすり			
28	土	午前(9時～12時)	筍B	麻雀開放		西寿会歌唱部		
		午後(13時～17時)	筋トレ開放	竜の会	麻雀初心者教室		ファイブ	豊玉マジック
		夜間(18時～21時半)						

令和8年1月24日更新 はつらつセンター豊玉