

令和8年4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。

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	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	ハンドニット	若草クラブ	牛若会	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放					
2	木	午前(9時~12時)	筍A	ゲーム対戦		卓球開放	スマホ個別	
		午後(13時~17時)		メンタンピン	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時~21時半)	さざんか					
3	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			
		夜間(18時~21時半)						
4	土	午前(9時~12時)	筍B		EEサークル	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	笑って体カ① 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)	筋トレ開放	塚クラブ				
5	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)						
6	月	午前(9時~12時)		ゲーム体験会		卓球開放	てまり	
		午後(13時~17時)		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				月曜会	
7	火	午前(9時~12時)			こすもすの会	蝶寿会花		
		午後(13時~17時)	自彊術 スクエアステップ	宝雀会	ゲーム練習	絆		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット					

8	水	午前(9時~12時)	かるがも		四暗刻クラブ		豊玉卓球	やさしいスマホ相談会	
		午後(13時~17時)	ワイキキ	ヘルスヨガ	麻雀初心者教室	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					ムッシュグルメの会	
9	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)	ねりまち①		セブンパイ	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						
10	金	午前(9時~12時)	のびのび体操		クラブ練馬	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/ぐっすり体操		
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール						
11	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	卒業生サロン	英語	ABC	豊玉マジック	
		夜間(18時~21時半)							
12	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	ヒバリの会	豊友会	
		夜間(18時~21時半)							
13	月	午前(9時~12時)	マハロ			スマホ基本	卓球開放		
		午後(13時~17時)		若竹会	麻雀開放	切布	若草クラブ	和菓子サークル	
		夜間(18時~21時半)	月ヨーガ				月曜会		
14	火	午前(9時~12時)			ゲーム練習	シニアパソコン	スポーツ愛好会		
		午後(13時~17時)	自彊術	背骨	健康麻雀		練馬会		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット						

15	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						
16	木	午前(9時~12時)	筍A			男ヨガ	卓球開放	スマホ個別	
		午後(13時~17時)	ねりまち②		クラブ練馬	PTフレイル	あすなろ	手作り小物	
		夜間(18時~21時半)	さざんか						
17	金	午前(9時~12時)	ストレッチforyou		平和の会		ひかり卓球	なごみ	
		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	ぐっすり/鍼灸師	なごみ	
		夜間(18時~21時半)							
18	土	午前(9時~12時)	筍B			EEサークル	豊玉卓球		
		午後(13時~17時)	笑って体カ②	竜の会	塚クラブ	英語	ABC	絆	たまっこ
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放		塚クラブ				たまっこ
19	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	たまっこ片付け	
		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。						
20	月	午前(9時~12時)	クラブローズ		ゲーム体験会	スマホ基本	卓球開放	世話人会	
		午後(13時~17時)		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					月曜会	
21	火	午前(9時~12時)					モルック体験		
		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			
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット						

22	水	午前(9時~12時)	かるがも		桜クラブ		豊玉卓球	かるがも	
		午後(13時~17時)	ワイキキ	ヘルスヨガ	麻雀初心者教室			牛若会	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放						
23	木	午前(9時~12時)	筍A				卓球開放	もち・もちの会	
		午後(13時~17時)	ねりまち③		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						
24	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	麻雀平和の会	チャレンジ春秋	輪投げクラブ/ぐっすり体操		
		夜間(18時~21時半)	囲碁ボール						
25	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	卒業生サロン	英語	ファイブ	豊玉マジック	
		夜間(18時~21時半)							
26	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		
		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)							
27	月	午前(9時~12時)	マハロ		豊玉西寿会	豊玉西寿会	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時~17時)		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		
28	火	午前(9時~12時)			桜クラブ	スポーツ愛好会	蝶寿会花		
		午後(13時~17時)	自彊術	背骨	健康マーじゃん	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						
29	水	午前(9時~12時)			任天堂	任天堂	任天堂控室		
		午後(13時~17時)			任天堂	任天堂	レインボー		
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放		任天堂	任天堂			
30	木	午前(9時~12時)					卓球開放		
		午後(13時~17時)			四暗刻クラブ				
		夜間(18時~21時半)							

令和8年3月25日更新 はつらつセンター豊玉