

令和8年6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	月	午前(9時~12時)	クラブローズ			卓球開放	てまり		
		午後(13時~17時)		若竹会	麻雀開放	和会	絆	あやめ句会	
		夜間(18時~21時半)	がんばらないヨガ			月曜会			
2	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング	クラブ豊玉	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		足腰しゃつきり		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット						
3	水	午前(9時~12時)	ゴールデンベリー	ゲーム体験会	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	牛若会	
		夜間(18時~21時半)	筋トレ開放			講座準備			
4	木	午前(9時~12時)	筈A	メンタンピン	男ヨガ	卓球開放	スマホ個別相談会		
		午後(13時~17時)	ねりまち	メンタンピン	4Cサークル	練馬会	ボランティアセミナー		
		夜間(18時~21時半)	さざんか						
5	金	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング		ストレッチforyou	ひかり卓球			
		午後(13時~17時)	ヨーガの会	ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	ぐっすり体操		
		夜間(18時~21時半)							
6	土	午前(9時~12時)	筈B		EEサークル	豊玉卓球			
		午後(13時~17時)	笑って体力⑤	竜の会	塚クラブ	英語⑨	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				
7	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)							
8	月	午前(9時~12時)	マハロ		スマホ地図	卓球開放	和菓子教室		
		午後(13時~17時)	筋スタ①	若竹会	麻雀開放	切布アート	あすなろ	和菓子サークル	
		夜間(18時~21時半)	月ヨーガ				月曜会		
9	火	午前(9時~12時)	筋力向上トレーニング	蝶寿会花		eスポーツ愛好会			
		午後(13時~17時)	自彊術	背骨	健康麻雀		ヒバリの会		
		夜間(18時~21時半)	スターバイオレット			準備			

10	水	午前(9時～12時)	かるがも		四暗刻クラブ	鍼灸ツボ	豊玉卓球	やさしいスマホ	
		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	
11	木	午前(9時～12時)	筈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②	講習会	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		準備				
12	金	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング		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/ぐっすり体操		
		夜間(18時～21時半)	囲碁ボール						
13	土	午前(9時～12時)	筈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⑩	ABC	若草クラブ	豊玉マジック
		夜間(18時～21時半)							
14	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)							
15	月	午前(9時～12時)			クラブ練馬	スマホ地図	卓球開放	世話人会	
		午後(13時～17時)	筋スタ③	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		
16	火	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング		桜クラブ				
		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		
		夜間(18時～21時半)	スターバイオレット						
17	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	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			準備			
18	木	午前(9時～12時)	筈A		準備	男ヨガ	卓球開放	スマホ個別相談会	
		午後(13時～17時)	筋スタ④		PTフレイル	PTフレイル	あすなろ	ボランティアセミナー	
		夜間(18時～21時半)	さざんか						
19	金	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング		ストレッチforyou	虹	ひかり卓球		
		午後(13時～17時)	ヨーガの会	ヴィオレッテ	なごみ	なごみ	ぐっすり体操	なごみ	
		夜間(18時～21時半)							
20	土	午前(9時～12時)	筈B			EEサークル	豊玉卓球		
		午後(13時～17時)	笑って体力⑥	竜の会	塚クラブ	英語⑪	ABC	絆	子ども食堂たまっこ
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放		塚クラブ				子ども食堂たまっこ

21	日	午前(9時～12時)		桜クラブ	松木サークル	カラオケ開放	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。						
22	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)	筋スタ⑤	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		
23	火	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング	クラブ練馬	eスポーツ愛好会	蝶寿会花			
		午後(13時～17時)	自彊術	背骨	健康麻雀	ブルースカイ	ヒバリの会	手作り小物	
		夜間(18時～21時半)	スターバイオレット			準備			
24	水	午前(9時～12時)	かるがも	四暗刻クラブ	鍼灸ツボ	豊玉卓球			
		午後(13時～17時)	ワイキキ	ヘルスヨガ	麻雀初心者教室		レインボー	牛若会	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放						
25	木	午前(9時～12時)	筈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⑥	講習会	NS麻雀	パワーアップブリッジ	あじさい会	ボランティアセミナー	
		夜間(18時～21時半)	さざんか		準備				
26	金	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング	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/ぐっすり体操	4Cサークル	
		夜間(18時～21時半)	囲碁ボール						
27	土	午前(9時～12時)	筈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⑫	準備	ファイブ	豊玉マジック
		夜間(18時～21時半)							
28	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)							
29	月	午前(9時～12時)		ゲーム体験会	利用者懇談会	卓球開放			
		午後(13時～17時)	筋スタ⑦		麻雀開放	苔玉教室		わかわかかむかむ	
		夜間(18時～21時半)						わかわかかむかむ	
30	火	午前(9時～12時)	筋力向上トレーニング	桜クラブ					
		午後(13時～17時)			シルバーエクセレント	アイロンビーズ	うさぎクリップ		
		夜間(18時～21時半)							