友愛の家 2025年度　定期講座カレンダー

茶色の文字・・・午前
緑色の文字・・・午後
青色の文字・・・夕方・夜

2025年4月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ スマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
7	8	9	10	11	12	13
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
14	15	16	17	18	19	20
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ スマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	休館日
21	22	23	24	25	26	27
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
28	29	30				
休館日						

5月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
5	6	7	8	9	10	11
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
12	13	14	15	16	17	18
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	休館日
19	20	21	22	23	24	25
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
26	27	28	29	30	31	
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション				

6月

月	火	水	木	金	土	日
30						1
休館日						お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
2	3	4	5	6	7	8
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
9	10	11	12	13	14	15
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	休館日
16	17	18	19	20	21	22
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
23	24	25	26	27	28	29
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	

7月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
7	8	9	10	11	12	13
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
14	15	16	17	18	19	20
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	休館日
21	22	23	24	25	26	27
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
28	29	30	31			
休館日						

8月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
4	5	6	7	8	9	10
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
11	12	13	14	15	16	17
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	休館日
18	19	20	21	22	23	24
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
25	26	27	28	29	30	31
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操			

9月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 はじめてフラダンス 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
8	9	10	11	12	13	14
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話
15	16	17	18	19	20	21
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 フライングディスク	休館日
22	23	24	25	26	27	28
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ サウンドテーブルテニス	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくレクリエーション	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
29	30					
休館日						

友愛の家 2025年度　定期講座カレンダー

茶色の文字・・・午前
緑色の文字・・・午後
青色の文字・・・夕方・夜

10月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンボン①	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 はじめてﾌﾗﾀﾞﾝｽ 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
6	7	8	9	10	11	12
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
13	14	15	16	17	18	19
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	休館日
20	21	22	23	24	25	26
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
27	28	29	30	31		
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ					

11月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 はじめてﾌﾗﾀﾞﾝｽ 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
3	4	5	6	7	8	9
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンボン①	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
10	11	12	13	14	15	16
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	休館日
17	18	19	20	21	22	23
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
24	25	26	27	28	29	30
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス		

12月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンボン①	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 はじめてﾌﾗﾀﾞﾝｽ 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
8	9	10	11	12	13	14
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
15	16	17	18	19	20	21
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	休館日
22	23	24	25	26	27	28
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
29	30	31				
休館日	休館日	休館日				

2026年1月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			休館日	休館日	休館日	お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
5	6	7	8	9	10	11
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
12	13	14	15	16	17	18
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	休館日
19	20	21	22	23	24	25
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
26	27	28	29	30	31	
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ				

2月

月	火	水	木	金	土	日
						1
						お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
2	3	4	5	6	7	8
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンボン①	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 はじめてﾌﾗﾀﾞﾝｽ 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
9	10	11	12	13	14	15
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	休館日
16	17	18	19	20	21	22
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
23	24	25	26	27	28	
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	

3月

月	火	水	木	金	土	日
						1
						お楽しみ たのしい将棋 バスケットボール
2	3	4	5	6	7	8
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	健康カラオケ① 書道② 筆ペン① 大人のぬりえ 3Bスマイル体操① スローヨガ	リラックスヨガ① ペン習字① フラワーアレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ② 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンボン①	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 はじめてﾌﾗﾀﾞﾝｽ 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス	キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ① ボッチャ 楽しい手話
9	10	11	12	13	14	15
休館日	パソコン楽しもう 吹矢① 筆ペン② こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① パッチワーク やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いﾖｶﾞ①	バランスボール① バランスボール② ペン習字② 書道④ フラダンス 基礎カラオケ①	切り絵① 水彩画 健康体操① 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめての締め太鼓 ストレッチヨガ① ペアヨガ① チャレンジ締め太鼓 ハンドメイド講座 バドミントン	休館日
16	17	18	19	20	21	22
休館日	書道⑤ うたごえサロン いけばな② 大人のﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 仕事生活ﾊﾟｿｺﾝ	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のほぐしヨガ① 夜のほぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい絵手紙 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ 3Bスマイル体操② パステルアート イスに座ってヨガ ビンボン②	一から英会話 ﾁｬﾚﾝｼﾞ英会話 健康カラオケ③ 視覚ICT講座 ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
23	24	25	26	27	28	
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② やさしく吹くオカリナ ｻｳﾝﾄﾞﾃｰﾌﾞﾙﾃﾆｽ	ペン習字③ ちぎり絵 パッチワーク やさしいあみもの② わくわくﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ	話し方講座 エコクラフト② 基礎カラオケ② 元気ハツラツ体操	切り絵② 陶芸 健康体操② デジカメ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 子どもペン習字① 子どもペン習字② 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	