

# 友愛の家 2026年度 定期講座カレンダー

2026年4月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		書道② 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 ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	一から英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 仕事生活パソコン	エコクラフト① やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ①②	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 キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	キッズダンス① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 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 バッヂワーク 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 スマイル体操② 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ スマイル体操② チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの② わくわくレクリーション	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 健康体操② やさしく吹くオカリナ サッカー 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	はじめて絵手紙 ストレッチヨガ② キッズダンス① ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
27	28	29	30			
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② バッヂワーク サウンドテーブルテニス					

5月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				健康カラオケ① 季節の絵手紙 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	一から英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 仕事生活パソコン	リラックスヨガ① ベン習字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	はじめの締め太鼓 ストレッチヨガ① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	キッズダンス① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	休館日
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 バッヂワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ①②	季節のおりがみ スマイル体操② チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	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 健康体操② やさしく吹くオカリナ サッカー 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	はじめの絵手紙 ストレッチヨガ② キッズダンス① ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話	季節のおりがみ スマイル体操② バッヂワーク 大人のバドミントン 仕事生活パソコン
25	26	27	28	29	30	31
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② バッヂワーク サウンドテーブルテニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの② わくわくレクリーション	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			

6月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
休館日	書道① 健康1！2！3！ いけばな① ダーツ 仕事生活パソコン	リラックスヨガ① ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	一から英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① バスケットボール	休館日
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 バッヂワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ①②	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	はじめの締め太鼓 ストレッチヨガ① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	季節の締め太鼓 ストレッチヨガ① キッズダンス② ペアヨガ① 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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	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 バッヂワーク 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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 バッヂワーク サウンドテーブルテニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの② わくわくレクリーション	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 健康体操② やさしく吹くオカリナ サッカー 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	はじめの絵手紙 ストレッチヨガ② キッズダンス① ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話	絵画と造形 キッズダンス① キッズダンス② ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話
29	30					
休館日						

7月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		書道② 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 ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンポン①	一から英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 仕事生活パソコン	エコクラフト① やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ①②	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	はじめの締め太鼓 ストレッチヨガ① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	休館日
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 バッヂワーク 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 スマイル体操② 友愛短歌 太極拳②	季節のおりがみ スマイル体操② チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	一から英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの② わくわくレクリーション	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 健康体操② やさしく吹くオカリナ サッカー 脳トレ＆笑いヨガ② 親子バドミントン	はじめの絵手紙 ストレッチヨガ② キッズダンス① ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話	季節のおりがみ スマイル体操② バッヂワーク 大人のバドミントン 仕事生活パソコン
27	28	29	30	31		
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② バッヂワーク サウンドテーブルテニス					

8月

月	火	水	木	金	土	日
		31		1	2	
休館日				一から英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ペン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 仕事生活パソコン	リラックスヨガ① ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ビンポン①	はじめの締め太鼓 ストレッチヨガ① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	キッズダンス① キッズダンス② ペアヨガ① ヤンヤンカラオケ① ポッチャ 楽しい手話	休館日
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 バッヂワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ①②	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 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	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				

# 友愛の家 2026年度 定期講座カレンダー

2026年10月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4		
			リラックスヨガ① ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	ーから英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ベン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 仕事生活パソコン	書道② 大人のぬりえ スマイル体操① スローヨガ	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ ①②	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 キッズダンス①② 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 パッчワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの ① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	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 バステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	ーから英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のぼぐしヨガ① 夜のぼぐしヨガ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 健康体操② やさしく吹くオカラ リナ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめて絵手紙 キッズダンス① ストレッチヨガ② ペアヨガ② ヤンヤンカラオケ② 楽しい手話	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 パッчワーク サウンドテーブル テニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの ② わくわくレクリーション				

11月

月	火	水	木	金	土	日
	30					1
	休館日					
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 仕事生活パソコン	書道② 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 ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	ーから英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ベン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① バスケットボール
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 パッчワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの ① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ ①②	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	はじめの締め太鼓 キッズダンス① 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
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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のぼぐしヨガ① 夜のぼぐしヨガ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 バステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	ーから英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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 パッчワーク サウンドテーブル テニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの ② わくわくレクリーション	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 健康体操② やさしく吹くオカリナ サッカー 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめの絆手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 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

12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 仕事生活パソコン	書道② 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 ベン習字① フラワー・アレンジ 太極拳① 書道③	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	ーから英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ベン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① 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 パッчワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの ① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ ①②	健康カラオケ① 季節の絵手紙 やさしいおりがみ 色鉛筆① ピンポン①	ーから英会話 チャレンジ英会話 歌謡曲ゆるビート 楽しく踊ろうダンス よさこいダンス 子ベン①②	たのしい将棋 ズンバ①② 筆ペン① バスケットボール
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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のぼぐしヨガ① 夜のぼぐしヨガ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 バステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	ーから英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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① ポッチャ 楽しい手話
21	22	23	24	25	26	27
休館日	パソコン楽しもう 吹矢② パッчワーク サウンドテーブル テニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの ② わくわくレクリーション	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	季節のおりがみ スマイル体操② バステルアート イスに座ってヨガ ピンポン②	はじめの絆手紙 ストレッチヨガ② ペアヨガ② サッカー 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						

2026年1月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3			
			休館日	休館日	休館日	
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 仕事生活パソコン	書道② 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 ベン習字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	はじめの締め太鼓 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	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 パッчワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの ① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ ①②	季節のおりがみ スマイル体操② バステルアート 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	ーから英会話 チャレンジ英会話 健康カラオケ② 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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のぼぐしヨガ① 夜のぼぐしヨガ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 健康体操② やさしく吹くオカラ リナ 楽しくダンス かっこよくダンス	はじめの締め太鼓 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	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① ポッチャ 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 パッчワーク サウンドテーブル テニス	ベン習字③ バランスボール やさしいあみもの ② わくわくレクリーション	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	季節のおりがみ スマイル体操② バステルアート 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	はじめの締め太鼓 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	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

2月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	休館日					
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 パッчワーク こころはずむ合唱 ウキウキ音楽隊	エコクラフト① やさしいあみもの ① 脳トレ＆笑いヨガ① ヤンカラSP	ベン習字② 書道④ 基礎カラオケ① 仕事帰りズンバ ①②	季節のおりがみ スマイル体操② バステルアート 健康カラオケ② 視覚ICT講座 フライングディスク	はじめの締め太鼓 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	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 大人のバドミントン 仕事生活パソコン	ハーモニカ PPバンド 色鉛筆② ボウリング 夜のぼぐしヨガ① 夜のぼぐしヨガ②	リラックスヨガ② 楽しい			