

※ 当センターが主催の催し物です。当センター以外が主催の催し物は、主催者へお問い合わせ・確認をお願いいたします。

※ 都合により予定は変更となる場合があります。その場合は、ホームページなどでお知らせします。

※ 【かがやき】は、「かがやき長寿ひろば りゅうせん」の事業です。



		午 前	申込	午 後	申込
1	水	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 大人のぬり絵 13:30-14:30	必要
2	木	フレイル予防「健活体操」①9:30- ②10:40-	不要	フレイル予防「健活体操」③13:30-	不要
3	金				
4	土				
5	日	竜福いきいきカフェ 9:30-11:30	不要		
6	月	休 館 日		休 館 日	
7	火	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 盆ダンス 13:30-14:30	必要
8	水	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 大人のぬり絵 13:30-14:30	必要
9	木	フレイル予防「健活体操」①9:30- ②10:40-	不要	フレイル予防「健活体操」③13:30-	不要
10	金				
11	土				
12	日				
13	月	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 数独 13:30-14:30	必要
14	火	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 盆ダンス 13:30-14:30	必要
15	水	※ 竜泉福祉センター登録団体 抽選会 【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 大人のぬり絵 13:30-14:30	必要
16	木	フレイル予防「健活体操」①9:30- ②10:40-	不要	フレイル予防「健活体操」③13:30-	不要
17	金				
18	土				
19	日				
20	月	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 数独 13:30-14:30	必要
21	火	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 盆ダンス 13:30-14:30	必要
22	水	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 大人のぬり絵 13:30-14:30	必要
23	木	フレイル予防「健活体操」①9:30- ②10:40-	不要	フレイル予防「健活体操」③13:30-	不要
24	金				
25	土				
26	日				
27	月	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 数独 13:30-14:30	必要
28	火	【かがやき】 おもりで貯筋体操 ①9:30-②10:40-	不要	【かがやき】 盆ダンス 13:30-14:30	必要
29	水	【かがやき】 休		【かがやき】 休	
30	木	フレイル予防「健活体操」①9:30- ②10:40-	不要	フレイル予防「健活体操」③13:30-	不要