北部福祉センター行事予定 令和7年11月

B	月	火	水	木	金	<u>±</u>
						1
	 ★すっきり・しゃっきり健康教室★ (年齢別 2部制です) 1部 午後2時~2時45分(75歳以上) 2部 午後3時~3時45分(概ね65歳~74歳) 			部屋利用申請 受付開始日 サロンなどの内容についてお 北部福祉センター窓口までど		
2	3	1	5	6	7	<u> </u>
	3	10:00~11:30	5 10:00~11:15	9:00~11:00	1部10:00~10:45	9:30~11:30
	休 館	太鼓サロン 参加自由	後期 脳トレ体操講座 ※事前に申し込みした方	園芸ボランティア 仲間募集中	2部11:00~10:45 和みのヨガサロン	女性のための マージャンサロン 参加自由
	日	13:00~16:30 健康マージャンサロン 参加自由	すっきり・しゃっきり 健康教室			
9	10	11	12	13	14	15
	休		10:00~11:30 卓上カレンダーづくり講座 ※事前に申し込みをした人	9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中		9:30~11:30 女性のための マージャンサロン 参加自由
	館	13:00~16:30	次争的に中し込のそのたべ	13:30~15:00		9 MBB
	日	健康マージャンサロン 参加自由	すっきり・しゃっきり 健康教室	編み物サロン 参加自由		
16	17	18	19	20	21	22
	休	10:30~11:30 後期「誰でも座ってできるやさし い棒びくす」講座 ※事前申し込みした方のみ				
	合宁	10:00~11:30		9:00~11:00	1部10:00~10:45	9:30~11:30
	館日	10:00~11:30 太鼓サロン 指導日 参加自由		9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中	1部10:00~10:45 2部11:00~11:45 和みのヨガサロン	9:30~11:30 女性のための マージャンサロン 参加自由
		太鼓サロン 指導日	すっきり・しゃっきり 健康教室	園芸ボランティア	2部11:00~11:45	女性のための マージャンサロン
23/30		太鼓サロン 指導日 参加自由 13:00~16:30 健康マージャンサロン		園芸ボランティア 仲間募集中 13:30~15:00 絵手紙サロン	2部11:00~11:45	女性のための マージャンサロン
23/30	24 休館	太鼓サロン 指導日 参加自由 13:00~16:30 健康マージャンサロン 参加自由 25 10:30~11:30 後期「誰でも座ってできる やさしい棒びくす」講座 ※事前申し込みした方のみ 13:00~16:30	健康教室 26 10:00~11:30 脳トレピアノサロン 参加自由 10:00~11:30	園芸ボランティア 仲間募集中 13:30~15:00 絵手紙サロン 参加自由 27 9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中 13:30~15:00	2部11:00~11:45 和みのヨガサロン 28 10:00~11:15 後期 脳トレ体操講座 ※事前に申し込みをした方	女性のための マージャンサロン 参加自由
23/30	24	太鼓サロン 指導日 参加自由 13:00~16:30 健康マージャンサロン 参加自由 25 10:30~11:30 後期「誰でも座ってできる やさしい棒びくす」講座 ※事前申し込みした方のみ 13:00~16:30 健康マージャンサロン 参加自由	健康教室 26 10:00~11:30 脳トレピアノサロン 参加自由	園芸ボランティア 仲間募集中 13:30~15:00 絵手紙サロン 参加自由 27 9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中	2部11:00~11:45 和みのヨガサロン 28 10:00~11:15 後期 脳トレ体操講座	女性のための マージャンサロン 参加自由 29 9:30~11:30 女性のための マージャンサロン