

北部福祉センター行事予定 令和8年1月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|-----|--|---|---------------------------------|--|--|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| <div>★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)</div> | | |  | | 1/1～1/5は休館日 | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| <div>部屋利用申請 受付開始日</div> | 休館日 | 10:00～11:30 太鼓サロン 参加自由 | 10:00～11:15 脳トレ体操講座 ※事前に申し込みした方 | 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 マーじゃんサロン 参加自由 |
| | | 13:00～16:30 健康マーじゃんサロン 参加自由 | すっきり・しゃっきり 健康教室 | 13:30～15:00 編み物サロン 参加自由 | | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | 休館日 | | | 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 マーじゃんサロン 参加自由 |
| | | 13:00～16:30 健康マーじゃんサロン 参加自由 | すっきり・しゃっきり 健康教室 | 13:30～15:00 絵手紙サロン 参加自由 | | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | 休館日 | 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 | 10:00～11:15 脳トレ体操講座 ※事前に申し込みした方 | 9:30～11:30 女性のための マーじゃんサロン 参加自由 |
| | | 10:30～11:30 講座「誰でも座ってできる やさしい棒びくす」 ※事前申し込みした方のみ | すっきり・しゃっきり 健康教室 | 13:30～15:00 編み物サロン 参加自由 | <div>サロンなどの内容についてお聞きになりたい場合は、 北部福祉センター窓口までどうぞ。</div> | |
| | | 13:00～16:30 健康マーじゃんサロン 参加自由 | | | | |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| | 休館日 | 10:30～11:30 講座「誰でも座ってできる やさしい棒びくす」 ※事前申し込みした方のみ | 10:00～11:30 脳トレピアノサロン 参加自由 | 9:00～11:00 園芸ボランティア 仲間募集中 | <div>香り湯</div> | 女性のためのマーじゃん サロンはお休み |
| | | 13:00～16:30 健康マーじゃんサロン 参加自由 | すっきり・しゃっきり 健康教室 | | | |