

北部福祉センター行事予定 令和8年3月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|-----|--|---|---------------------------------|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| <div>部屋利用申請 受付開始日</div> | 休館日 | 10:00~11:30 eスポーツサロン 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 | 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 |
| | | 13:00~16:30 健康マージャンサロン | すっきり・しゃっきり 健康教室 | | | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 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 | | 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 |
| | | 13:00~16:30 健康マージャンサロン | 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 | | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 10:00~11:30 salonねえちゃん 認知症予防体操など 参加自由 | 休館日 | eスポーツサロンはお休み | | 9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中 | 和みのヨガサロンはお休み | 女性のための マージャンサロンは お休み |
| | | 13:00~16:30 健康マージャンサロン | すっきり・しゃっきり 健康教室 | 絵手紙サロンはお休み | | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | 休館日 | | 脳トレピアノサロンはお休み | 9:00~11:00 園芸ボランティア 仲間募集中 | 脳トレ体操講座はお休み | 女性のための マージャンサロンは お休み |
| | | 健康マージャンサロンは お休み | すっきり・しゃっきり 健康教室 | 編み物サロンはお休み | 香り湯 | |
| 29 | 30 | 31 | <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> | | | |
| | 休館日 | 健康マージャンサロンは お休み | | | | |

