



令和8年5月 西部福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
5月の二十四節気 立夏 (5月5日) : 一年で最も爽やかな季節。春分と夏至のちょうど中間。旧暦では夏の始まり。 少満 (5月21日) : 万物がすくすくと成長し、天地に満ち始めるころ。					1日 13:30~15:00 気軽にヨガ金曜日講座	2日 9:00~17:00 囲碁サロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン
3日 休館日	4日 休館日	5日 立夏 休館日	6日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン	7日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 10:00~11:00 座ってできる 棒びくす 13:30~16:30 健康麻雀サロン	8日 9:00~17:00 脳トレサロン 11:00~12:00 からだをゆるめて イキイキ☆サロン 13:30~14:30 シニアのための ズンバゴールド	9日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 10:00~正午 うたごえサロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン
10日 9:00~正午 健康麻雀 サロン	11日 休館日	12日 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~11:30 おしゃれなクラフト バッグづくり	13日 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~10:20 10:50~11:40 すっきり・しゃっきり 健康教室 13:30~14:45 脳ing エクササイズ	14日 9:00~17:00 囲碁サロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン	15日	16日 9:00~17:00 囲碁サロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン
17日 9:00~正午 健康麻雀 サロン	18日 休館日	19日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~11:30 かわいい 小物づくり	20日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~10:20 10:50~11:40 すっきり・しゃっきり 健康教室 13:30~14:30 動いて！食べて 人生百年	21日 少満 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 10:00~11:00 座ってできる 棒びくす 13:30~16:30 健康麻雀サロン	22日 9:00~17:00 脳トレサロン 11:00~12:00 からだをゆるめて イキイキ☆サロン 13:30~14:30 シニアのための ズンバゴールド	23日 9:00~17:00 脳トレサロン 9:00~17:00 囲碁サロン 10:00~正午 うたごえサロン 10:00~11:30 N-café 13:30~16:30 健康麻雀サロン
24日 9:00~正午 健康麻雀 サロン	25日 休館日	26日 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~11:30 おしゃれなクラフト バッグづくり 13:30~15:00 気軽にヨガ火曜日 講座	27日 9:00~17:00 囲碁サロン 9:30~10:20 10:50~11:40 すっきり・しゃっきり 健康教室 13:30~14:45 脳ing エクササイズ	28日 9:00~17:00 囲碁サロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン	29日	30日 9:00~17:00 囲碁サロン 13:30~16:30 健康麻雀サロン
31日 9:00~正午 健康麻雀 サロン						