



令和7年10月 西部福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
10月の二十四節気 寒露 (10月8日): 朝晩の冷え込みが厳しくなる 霜降 (10月23日): 朝霜が見られる			1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	2日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	3日 13:30～14:30 心とからだを整えるヨガサロン	4日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン
5日 9:00～正午 健康麻雀サロン	6日 休館日	7日 9:00～17:00 脳トレサロン 14:00～16:00 アロマで癒されハンドケア	8日 寒露 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	9日 9:00～17:00 脳トレサロン 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	10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 13:30～15:00 ズンパでダンシング	11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
12日 9:00～正午 健康麻雀サロン	13日 休館日	14日 9:30～11:30 おしゃれな小物づくり	15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	16日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	17日 13:30～14:30 心とからだを整えるヨガサロン	18日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン
19日 9:00～正午 健康麻雀サロン	20日 休館日	21日 9:00～17:00 脳トレサロン 13:30～15:00 歌って踊って脳トレ講座	22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	23日 霜降 9:00～17:00 脳トレサロン 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	24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 13:30～15:00 ズンパでダンシング	25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
26日 9:00～正午 健康麻雀サロン	27日 休館日	28日 13:30～15:00 気軽にヨガ講座	29日 9:00～17:00 囲碁サロン	30日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	31日 	