



令和7年11月 西部福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
11月の二十四節気 立冬 (11月7日) この日から冬の季節。秋分と冬至のちょうど中間にある。 小雪 (11月22日) 冬に入ったがまだ雪が少ない。						1日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン
2日 9:00～12:00 健康麻雀サロン	3日 休館日	4日 9:00～17:00 脳トレサロン	5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	6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	7日 立冬 9:00～17:00 脳トレサロン 13:30～14:30 心とからだを整える ヨガサロン	8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
9日 9:00～12:00 健康麻雀サロン	10日 休館日	11日 9:30～11:30 おしゃれな小物 づくり	12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日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	14日 11:00～12:00 からだをゆるめて イキイキ☆サロン 13:30～14:30 ズンバでダンシング	15日 9:00～17:00 囲碁サロン 10:00～11:30 N-café 13:30～16:30 健康麻雀サロン
16日 9:00～12:00 健康麻雀サロン	17日 休館日	18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	19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 13:40～14:30 人生百年	20日 9:00～17:00 脳トレサロン 9:00～17:00 囲碁サロン	21日 西部地域まつり 準備	22日 小雪 西部地域 まつり 
23日 西部地域 まつり	24日 休館日	25日 13:30～15:00 気軽にヨガ講座	26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	27日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン	28日 11:00～12:00 からだをゆるめて イキイキ☆サロン 13:30～14:30 ズンバでダンシング	29日 9:00～17:00 囲碁サロン 13:30～16:30 健康麻雀サロン
30日 9:00～12:00 健康麻雀 サロン						