



# 令和8年1月 西部福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
<b>1月の二十四節気</b> <b>小寒</b> (1月5日) 寒の入り(かんのいり)でこれから更に寒さが厳しくなる。 <b>大寒</b> (1月20日) 冬の最後の節気。寒の内と呼ばれ一年で最も寒さの厳しい時期。				<b>1日</b> 休館日	<b>2日</b> 休館日	<b>3日</b> 休館日
<b>4日</b> 休館日	<b>5日 小寒</b> 休館日	<b>6日</b> 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	<b>7日</b> 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	<b>8日</b> 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	<b>9日</b> 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 ズンバでダンシング	<b>10日</b> 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
<b>11日</b> 9:00~12:00 健康麻雀 サロン	<b>12日</b> 休館日	<b>13日</b> 9:30~11:30 おしゃれな小物 づくり  13:30~15:00 心ときめく歌声 講座	<b>14日</b> 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	<b>15日</b> 9:00~17:00 囲碁サロン  13:30~16:30 健康麻雀サロン	<b>16日</b> 13:30~14:30 心とからだを整えるヨ ガサロン	<b>17日</b> 9:00~17:00 囲碁サロン  13:30~16:30 健康麻雀サロン
<b>18日</b> 9:00~12:00 健康麻雀 サロン	<b>19日</b> 休館日	<b>20日 大寒</b> 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	<b>21日</b> 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	<b>22日</b> 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	<b>23日</b> 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 ズンバでダンシング	<b>24日</b> 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
<b>25日</b> 9:00~12:00 健康麻雀 サロン	<b>26日</b> 休館日	<b>27日</b> 13:30~15:00 心ときめく歌声 講座	<b>28日</b> 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	<b>29日</b> 9:00~17:00 囲碁サロン  13:30~16:30 健康麻雀サロン	<b>30日</b> 	<b>31日</b> 9:00~17:00 囲碁サロン  13:30~16:30 健康麻雀サロン