



# 令和8年3月 西部福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
1日 9:00～正午 健康麻雀 サロン	2日 休館日	3日 9:00～17:00 脳トレサロン  14:00～15:00 <b>春を愛する コンサート</b>	4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 <b>すっきり・しゃっきり 健康教室</b>	5日 <b>啓蟄</b> 9:00～17:00 脳トレサロン  9:00～17:00 囲碁サロン  13:30～14:30 心とからだを整える ヨガサロン  13:30～16:30 健康麻雀サロン	6日 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	7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
8日 9:00～正午 健康麻雀 サロン	9日 休館日	10日	11日 9:00～17:00 囲碁サロン  9:30～10:20 10:50～11:40 <b>すっきり・しゃっきり 健康教室</b>	12日 9:00～17:00 囲碁サロン  13:30～16:30 健康麻雀サロン	13日 11:00～12:00 からだをゆるめて イキイキ☆サロン	14日 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
15日 9:00～正午 健康麻雀 サロン	16日 休館日	17日 9:00～17:00 脳トレサロン	18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 <b>すっきり・しゃっきり 健康教室</b>	19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	20日 <b>春分</b> 9:00～17:00 脳トレサロン	21日 9:00～17:00 脳トレサロン  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
22日 9:00～正午 健康麻雀 サロン	23日 休館日	24日	25日 9:00～17:00 囲碁サロン  9:30～10:20 10:50～11:40 <b>すっきり・しゃっきり 健康教室</b>	26日 9:00～17:00 囲碁サロン  13:30～16:30 健康麻雀サロン	27日	28日 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
29日 9:00～正午 健康麻雀 サロン	30日 休館日	31日	<p><b>3月の二十四節気</b></p> <p><b>啓蟄</b> (3月5日) : 寒さが緩んで春の陽気に土中で冬ごもりをしていた生き物たちが目覚める頃。</p> <p><b>春分</b> (3月20日) : 昼と夜が同じ長さになる日。</p>			