

2026年

6月予定表

中原老人福祉センター

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
鎌倉彫同好会 デジカメ同好会 らくらく⑤ 生活相談	社交ダンスクラブ ウッドクラフト同好会 いきいき⑥	華道クラブ 空手② アロマ③ PC個人レッスン 医師健康相談	マーじゃん同好会 民謡クラブ ハッピークッキング③ 健康ヨガ⑤ 生活相談	ゆらゆら⑤ ズンバゴールド⑦ 生活相談	日体大筋トレ④
8	9	10	11	12	13
生活相談	盆栽クラブ 太極拳クラブ いきいき⑦	絵手紙クラブ 体操クラブ パターゴルフ大会 みんなの体操広場 医師健康相談	楽しく歌いましょうA⑤ シニア向け筋トレ⑥ 健康ヨガ⑥ 生活相談	書道クラブ ゆらゆら⑥ ズンバゴールド⑧ 生活相談	日体大筋トレ⑤
15	16	17	18	19	20
鎌倉彫同好会 デジカメ同好会 らくらく⑥ 生活相談	社交ダンスクラブ ウッドクラフト同好会 いきいき⑧	華道クラブ 空手③ アロマ④ PC個人レッスン 医師健康相談	マーじゃん同好会 民謡クラブ ハッピークッキング④ 楽しく歌いましょうB① 生活相談	ズンバゴールド⑨ 脳トレ&座ソラン 生活相談	日体大筋トレ⑥
22	23	24	25	26	27
生活相談	盆栽クラブ 太極拳クラブ いきいき⑨	絵手紙クラブ 体操クラブ みんなの体操広場 医師健康相談	楽しく歌いましょうB② シニア向け筋トレ⑦ 健康ヨガ⑦ 生活相談	書道クラブ ゆらゆら⑦ ズンバゴールド⑩ ズンバ発表会 生活相談	日体大筋トレ⑦
29	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 30%;"> <p>「みんなの体操広場」とは？ 「ラジオ体操第1・第2」 「みんなの体操」 「矢上先生の筋トレ教室」を ビデオにより再現します。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 30%;"> <p>「脳トレ&座ソラン」とは？ 簡単な脳トレと座って踊れるソ ランの音に合わせて、頭と体の体 操を行っています。</p> </div> </div> <p style="text-align: center; background-color: yellow; margin-top: 5px;">どちらも10時～11時開催・予約不要です。お気軽にご参加ください。</p>			
らくらく⑦ 生活相談	いきいき⑩				

* 卓球クラブ活動日/月・水・金

* 一般卓球活動日/火・木・土

< 医師健康相談 >

水曜日 14時～

< 看護師健康相談 >

月～木 9時～16時

< 生活相談 >

月・木・金 10時～15時

日常生活の様々な相談を
受け付けています。