

2026年



10月予定表



中原老人福祉センター

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			マーじゃん同好会 民謡クラブ バレエ① 生活相談	生活相談	
5	6	7	8	9	10
鎌倉彫同好会 デジカメ同好会 ヒップホップ① 生活相談	社交ダンスクラブ ウッドクラフト同好会 太極拳クラブ フラワー① いきいき①	華道クラブ PC個人レッスン 医師健康相談	シニア向け筋トレ① バレエ② 生活相談	書道クラブ 生活相談	日体大筋トレ① 健康麻雀ひろば
12	13	14	15	16	17
休館日 (スポーツの日)	盆栽クラブ 太極拳クラブ いきいき②	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	マーじゃん同好会 民謡クラブ バレエ③ 生活相談	気功① 生活相談	日体大筋トレ②
19	20	21	22	23	24
鎌倉彫同好会 デジカメ同好会 ヒップホップ② らくらく① 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③	華道クラブ PC個人レッスン 医師健康相談	シニア向け筋トレ② バレエ④ 生活相談	書道クラブ 気功② 脳トレ&座ソラン 生活相談	日体大筋トレ③ 健康麻雀ひろば
26	27	28	29	30	
ヒップホップ③ 生活相談	盆栽クラブ フラワー② いきいき④	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	シニア向け筋トレ③ バレエ⑤ 生活相談	健康講座 生活相談	

* 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。