２０２５年　行事予定表　ふれあい いちょう館（鶴川）10 月分

町田市高齢者福祉センター
電話番号７３５－５０２０

日	月	火	水	木	金	土
★10月15日に「高齢者のための介護予防教室」を開催します。 参加される方は、事前に電話か窓口で当館へお申込みください。 ★午前の健康体操 10：00～　午後の健康体操 14：20～ ★ケアフル体操 毎月第1・3・5 水・木曜と第4・5日曜 10：30～ 毎週火曜日 14：30～ ★カラオケは13：00から受付、12曲 14時20分まで（火曜休） ※13:15までに申出者がいない場合は中止することがあります。 ★IADL向上教室は、事前に別途申込が必要です。			1 ケアフル体操10:30～ 趣味煎茶 13：00～ IADL向上教室 13：30～	2 櫻カラオケ 9：00～ ケアフル体操10:30～ 書道教室 13：00～ さくら踊り教室 14：30～	3 輪おどり 10：30～ かるた会 13：00～	4 音頭太鼓 9：30～ 社交ダンス10：30～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
5 ハーモニカ10：00～ 太極拳 10：30～	6 休　館　日	7 麻雀愛好会 9：00～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	8 ちぎり絵 10：00～ ボール体操教室10：30～ IADL向上教室13:30～ 奴さん（寄席踊り） 13：00～	9 櫻カラオケ 9：00～ サンメリア（フラダンス） 10：30～ さくら踊り教室 14：30～	10 輪おどり 10：30～	11 社交ダンス10：30～ 二染会 14：00～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
12 民謡を楽しむ会 9：30～ 太極拳 10：30～	13 休　館　日 （スポーツの日）	14 休　館　日	15 ★高齢者のための介護予防教室★10：00～ 趣味煎茶 13：00～ IADL向上教室13:30～	16 民謡を楽しむ会 9：30～ ケアフル体操10:30～ 書道教室 13：00～ さくら踊り教室 14：30～	17 輪おどり 10：30～ かるた会 13：00～	18 社交ダンス10：30～ レクダンス14：30～
19 民謡を楽しむ会 9：30～ ハーモニカ10：00～ 太極拳 10：30～	20 休　館　日	21 俳句の会 9：30～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	22 ボール体操教室10：30～ IADL向上教室13:30～ 奴さん（寄席踊り） 13：00～	23 櫻カラオケ 9：00～ サンメリア（フラダンス） 10：30～ さくら踊り（自主） 14：30～	24 民謡を楽しむ会 9：30～ 輪おどり 10：30～	25 音頭太鼓 9：30～ 社交ダンス10：30～ 二染会 14：00～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
26 民謡を楽しむ会 9：30～ ケアフル体操10:30～	27 休　館　日	28 麻雀愛好会 9：00～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	29 ケアフル体操10:30～ IADL向上教室 13：30～	30 櫻カラオケ 9：00～ ケアフル体操10:30～ さくら踊り（自主） 14：30　～	31 輪おどり 10：30～	 リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。