2025年　行事予定表

ふれあいけやき館（堺）　10月分

町田市高齢者福祉センター
電話番号　042－770－6234

日	月	火	水	木	金	土
☆健康体操A（9：15～）は毎日、健康体操B（9：45～）は月～金曜日に実施します**（10月21日、28日は、健康体操Bはありません）**。 健康体操C（13：15～）は、月、火、水、金、土曜日に行います。 ☆踏台昇降（カラオケステップ）は、健康体操の後に行います。 ☆カラオケは、毎日14：15～15：45に、先着順で18曲（1人最多4曲まで）です。ただし15日（水）は、講座終了後から15時45分までです。 ☆囲碁・将棋は、毎日13：00～15：45　3組までです（事前予約可）。			1 健康体操 A、B、C 町トレ（萩の花） 10：00～11：15 麻雀同好会 13：00～15：50	2 健康体操 A、B 健康太極拳 10：00～11：30 町トレ（ハイビスカス） 13：00～14：15	3 健康体操 A、B、C 町トレ（けやき会） 10：00～11：15 パワトレ　10：30～ 14：00～	4 健康体操 A、C 踊り教室　10：00～12：00 わなげタイム 10：30～11：30 麻雀同好会 13：00～15：50
5 休館日	6 健康体操 A、B、C ボール体操教室 10：00～11：30	7 健康体操 A、B、C わなげタイム 10：30～11：30 パワトレ　10：30～ 14：00～	8 健康体操 A、B、C 町トレ（萩の花） 10：00～11：15 麻雀同好会 13：00～15：50	9 健康体操 A、B リズム体操 10：00～11：30 町トレ（ハイビスカス） 13：00～14：15	10 健康体操 A、B、C 町トレ（けやき会） 10：00～11：15 パワトレ　10：30～ 14：00～	11 健康体操 A、C 踊り教室　10：00～12：00 わなげタイム 10：30～11：30 麻雀同好会 13：00～15：50
12 休館日	13 休館日 （スポーツの日） 	14 健康体操 A、B、C 書道教室 10：00～11：30 パワトレ　10：30～ 14：00～	15 健康体操 A、B、C 町トレ（萩）10：00～10：30 麻雀同好会 13：00～15：50 健康講座　①10：40～11：15 ②14：05～14：40	16 健康体操 A、B 健康太極拳 10：00～11：30 町トレ（ハイビスカス） 13：00～14：15	17 健康体操 A、B、C 町トレ（けやき会） 10：00～11：15 パワトレ　10：30～ 14：00～	18 健康体操 A、C わなげタイム 10：30～11：30 麻雀同好会 13：00～15：50
19 休館日	20 健康体操 A、B、C ボール体操教室 10：00～11：30	21 健康体操 A、C こうさぎ保育園交流会 10：00～10：30 わなげタイム 10：30～11：30 パワトレ 10：30～ ・ 14：00～	22 健康体操 A、B、C 町トレ（萩の花） 10：00～11：15 麻雀同好会 13：00～15：50	23 健康体操 A、B リズム体操 10：00～11：30 町トレ（ハイビスカス） 13：00～14：15	24 健康体操 A、B、C 町トレ（けやき会） 10：00～11：15 パワトレ　10：30～ 14：00～	25 健康体操 A、C わなげタイム 10：30～11：30
26 休館日	27 健康体操 A、B、C 書道教室 10：00～11：30	28 健康体操 A、C メガロス町田介護予防教室 10：00～11：00 わなげタイム 11：00～11：30 パワトレ　14：00～	29 健康体操 A、B、C 町トレ（萩の花） 10：00～11：15 麻雀同好会 13：00～15：50	30 健康体操 A、B 町トレ（ハイビスカス） 13：00～14：15	31 健康体操 A、B、C 町トレ（けやき会） 10：00～11：15 パワトレ　10：30～ 14：00～	 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。

※利用者の皆様には、引き続き、感染症への備えとして、手洗い、検温などにご協力をお願いいたします。

※　堺市民センターの改修工事に伴い、６月１６日（月）以降はサービスを一部縮小しています。また、騒音等によりご不便をおかけしますが、ご理解のほどお願いいたします。