



	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				町トレ 10:00~	太極拳教室 9:30~ 町トレ 10:00~ 書道同好会② 9:30~	町トレ 10:00~	太極拳教室 9:30~ 町トレ 10:00~ 書道同好会② 9:30~
午後				社交ダンス同好会 ドリーム 13:15~	書道同好会① 13:15~	民謡教室 13:15~	社交ダンス同好会 舞ハート 13:15~
	5	6	7	8	9	10	11
午前	社交ダンス同好会 舞フェアレディ9:30~	休館日	生け花教室 9:15~ 紙細同好会 10:15~ さくらボール同好会 10:00~ 町トレ 10:00~	町トレ 10:00~	ストレッチ教室 10:45~ 町トレ 10:00~	水墨画教室 9:30~ 町トレ 10:00~	社交ダンス同好会 スマイル 9:30~
午後			詩吟教室 13:30~ 町トレ 13:30~	社交ダンス同好会 ドリーム 13:15~	太極拳同好会 13:00~	水彩画同好会 13:15~	
	12	13	14	15	16	17	18
午前			振替休館日	町トレ 10:00~	太極拳教室 9:30~ 町トレ 10:00~ 書道同好会② 9:30~	町トレ 10:00~	ポッチャ忠生9:30~ レインボー琴同好会9:30~
午後				ちぎり絵同好会13:30~	書道同好会① 13:15~	民謡教室 13:15~	社交ダンス同好会 舞ハート 13:15~
	19	20	21	22	23	24	25
午前	社交ダンス同好会 舞フェアレディ9:30~	休館日	生け花教室 9:15~ 紙細同好会 10:15~ さくらボール同好会 10:00~ 町トレ 10:00~	町トレ 10:00~	ストレッチ教室 10:45~ 町トレ 10:00~	水墨画教室 9:30~ 町トレ 10:00~	社交ダンス同好会 スマイル 9:30~
午後			詩吟教室 13:30~ 町トレ 13:30~	社交ダンス同好会 舞ダンス 13:15~	太極拳同好会 13:00~	水彩画同好会 13:15~	
	26	27	28	29	30	31	
午前		休館日	保育園お遊戯会 (ビリヤード・カラオケなし) ボール体操教室 9:45~ 町トレ 10:00~	メガロス町田介護予防教室 (ビリヤード・カラオケなし) 町トレ 10:00~	書道同好会② 9:30~	町トレ 10:00~	
午後			さくらベル同好会13:30~ 町トレ 13:30~ ちぎり絵同好会13:30~		書道同好会① 13:15~		

10/28(火)こどもの森保育園おゆうぎ会  
/29(水)メガロス町田介護予防教室が開催されます  
広間使用のため両日とも午前のビリヤード・カラオケはありません  
ご了承ください

【健康体操】10:00/14:00  
【踏み台昇降運動】11:00/14:30  
【健康器具開始時間】9:10/9:40/10:10/10:40/11:10/13:10/13:40/14:10/14:40/15:10  
【足裏マッサージ、オートヘルサーは午前11:30 午後15:30が最終時間です】

