

2026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/FAX番号735-5020

日	月	火	水	木	金	土
★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	2	3
				桜カラオケ 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～	輪おどり 10：30～ かるた会 13：00～	音頭太鼓 9：30～ 社交ダンス10：30～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
4	5	6	7	8	9	10
ハーモニカ10：00～ 太極拳 10：30～ ハウオリ（フラダンス） 13：30～	休 館 日	麻雀愛好会 9：00～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	民謡を楽しむ会 9：30～ ケアフル体操10:30～ 趣味煎茶 13：00～ IADL向上教室 13：30～	桜カラオケ 9：00～ サンメリア（フラダンス） 10：30～ さくら踊り教室 14：30～	輪おどり 10：30～	二染会 14：00～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
11	12	13	14	15	16	17
民謡を楽しむ会 9：30～ 太極拳 10：30～ ハウオリ（フラダンス） 13：30～	休 館 日 （スポーツの日）	休 館 日	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～	ケアフル体操10:30～ 書道教室 13：00～ さくら踊り教室 14：30～	輪おどり 10：30～ かるた会 13：00～	社交ダンス10：30～
18	19	20	21	22	23	24
民謡を楽しむ会 9：30～ ハーモニカ10：00～ 太極拳 10：30～ ハウオリ（フラダンス） 13：30～	休 館 日	吟の会 9：30～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	ケアフル体操10:30～ 趣味煎茶 13：00～ IADL向上教室 13：30～	桜カラオケ 9：00～ サンメリア（フラダンス） 10：30～ さくら踊り（自主） 14：30～	輪おどり 10：30～	音頭太鼓 9：30～ 二染会 14：00～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～
25	26	27	28	29	30	31
民謡を楽しむ会 9：30～ ケアフル体操10:30～ ハウオリ（フラダンス） 13：30～	休 館 日	麻雀愛好会 9：00～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	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～	桜カラオケ 9：00～ ケアフル体操10:30～ さくら踊り（自主） 14：30～	輪おどり 10：30～	リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。