２０２６年　行事予定表　ふれあい いちょう館（鶴川）３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
1	2	3	4	5	6	7
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～ ★カラオケ拡大版★ 13：00～15：30 ※PM健康体操なし	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～	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～
8	9	10	11	12	13	14
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	麻雀愛好会 9：00～ 輪おどり 10：30～ ケアフル体操14:30～	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～	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～	輪おどり 10：30～	二染会 14：00～ 町トレ（カサブランカ） 14：30～ 体力測定 9：20～11：30 14：00～15：20 (事前に申込が必要です)
15	16	17	18	19	20	21
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	俳句の会 10：00～ 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～	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～	休　館　日 （春分の日）	社交ダンス10：30～ レクダンス14：30～
22	23	24	25	26	27	28
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～	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～	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～
29	30	31				
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～				

★３月４日(水)午後はカラオケ拡大版を開催します。
☆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時から受付、12曲 14:20まで（火・土曜休）
※13:15までに申出者が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。

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。