



令和8年

栗島住区センター

悠々館

10月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				★茶道教室 (午前 9:00-正午) ★あみもの教室 (午後 1:30-4:00) レディースカラオケ (午後 6:00-8:30)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-正午) 悠々カラオケ (午後 1:00-4:00) ★布フラワー (午後 1:30-4:00) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
4	5	6	7	8	9	10
お休み	★スポーツ吹矢 (午前 9:15-12:15)	★夢工房手作りの部屋 (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) ★夢工房むら染め (午後 1:30-4:00)	健康マージャン (午後 1:00-4:30)	ぱく増し栄養講座 (午後 1:00~2:00)	★夢工房ハンドメイド (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-正午) 健康カラオケ (午後 1:00-4:00) 大人の塗り絵 (午後 1:00-4:00)
11	12	13	14	15	16	17
お休み	お休み (スポーツの日)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) ★布絵教室 (午後 1:00-4:00) ★フラダンス (午後 1:30-3:00)		★茶道教室 (午前 9:00-正午) ★あみもの教室 (午後 1:30-4:00) レディースカラオケ (午後 6:00-8:30)	★たのしい書道教室 (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00)	悠々カラオケ (午後 1:00-4:00) ★布フラワー (午後 1:30-4:00) 土曜歌の集い (午後 6:00-8:30) おはやし (午後 6:30-8:30)
18	19	20	21	22	23	24
お休み	お休み (館内整理日)	★夢工房手作りの部屋 (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) ★夢工房むら染め (午後 1:30-4:00)	健康マージャン (午後 1:00-4:30) 転倒予防体操 (午後 1:30-3:30)		★夢工房ハンドメイド (午前 9:30-11:30) みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 住区 de 団らん (正午~午後 3:00)	グランドゴルフ (午前 9:30-正午)
25	26	27	28	29	30	31
お休み	★スポーツ吹矢 (午前 9:15-12:15) ★フラダンス (午後 1:30-3:00)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 筋肉上げマッスル測定会 (午前 9:30-10:00) (午前 11:00-11:30)	健康マージャン (午後 1:00-4:30)	転倒予防体操 (午後 1:30-3:30)	みんなで体操・盆踊り (午前 10:00-11:00) 金曜の元気カラオケ (午後 1:00-4:00) 筋肉上げマッスル測定会 (午前 9:30-10:00) (午前 11:00-11:30)	

※★印がある教室は、申込制になります。定員に若干余裕のある教室もありますので、お問い合わせください。