

26	27	28	29	30	31	1
11月の	カ	シ	ン	ダ	ー	・麻雀 9時～ ・輪おどり 10時～
2	3	4	5	6	7	8
休館日	文化の日	・書道 2時～ 	 		・ミュージックベル 2時～	・あすなろ会 13時～
9	10	11	12	13	14	15
休館日	・手芸教室 9時半～ ・吹矢教室 10時～ ・フラダンス(青壮) 7時～ 	・生花 10時～ 	・カラオケ 1時半～ 	・絵手紙 2時～ ・フリーDAM 1時半～ 	・フレイル予防体操 10時～	・麻雀 9時～  ・輪おどり 10時～
16	17	18	19	20	21	22
休館日	休館日	・食べてフレイル 10時～ ・書道 2時～			・本関カフェ (団らん) 10時～	・麻雀 9時～ 
23	24	25	26	27	28	29
勤労感謝の日	振替休日 休館日	・いきいき美容教 室 10時～ 	・カラオケ 1時半～ 	・絵手紙 2時～ ・フラダンス(女性) 10時～ ・フリーDAM 1時半～ 	・ミュージックベル 2時～ 	・卓球 体験会 
30						
休館日	・マッサージ機・ヘルストロンご利用いただけます ・ピンポンもできます ・入館票まだの方 おつくりします			本木関原住区センター		