いきいき健康センター　☎(26)7778　----　2026年11月の予定　----------

参加無料
事前申込不要

▼いきいきサロン

上段(白)が午前、下段(緑)が午後のプログラムです。水曜日はあさひサンライズホールでも行います。
午前　午前10時～11時30分(あさひは午前10時30分～12時00分)　午後　午後1時15分～2時45分

日	月	火	水	木	金	土
1 日曜キッズルームはお休みです	2 休館	3 いきいきサロンはお休みです	4 軽スポーツ・レク ちぎり絵	5 折り紙あそび ぬりえ	6 切り絵 脳トレ	7 綿棒でつくる羊 軽スポーツ・レク
8 日曜キッズルーム 日曜キッズルーム	9 休　館	10 健康麻雀 健康麻雀	11 フリープログラム 折り紙あそび	12 脳トレ フェルトの羊	13 軽スポーツ・レク ぬりえ	14 折り紙あそび ちぎり絵
15 日曜キッズルーム 日曜キッズルーム	16 休　館	17 健康麻雀 健康麻雀	18 木製のオブジェ 脳トレ	19 切り絵 軽スポーツ・レク	20 毛糸のポンポン飾り 折り紙あそび	21 脳トレ ぬりえ
22／29 日曜キッズルーム 日曜キッズルーム	23／30 休　館	24 健康麻雀 健康麻雀	25 ぬりえ 軽スポーツ・レク	26 消しゴムはんこ 折り紙あそび	27 脳トレ フリープログラム	28 軽スポーツ・レク フェルトのサボテン

○ カフェつながり	午前9時30分～11時30分	土曜日 ▸7日、14日(相談)、21日
○ さんあいクラブ	午前10時～11時30分	土曜日 ▸28日
○ 日曜キッズルーム	午前10時～午後4時	日曜日 ▸8日、15日、22日、29日

▼市民サロン

サロン名	時　間	開催日
ふまねっとサロン	午後1時15分～2時45分	水曜日 ▸4日、11日、18日、25日
囲碁サロン	午前10時～正午	土曜日 ▸7日、14日、21日、28日
パッチワークサロン	午前10時～午後3時	土曜日 ▸7日、14日、28日
切り絵サロン	午前9時30分～11時30分	木曜日 ▸12日、26日