

# 2026年3月活動予定表

日付	曜日	事業活動・サークル活動名	いきいきラボ関ヶ原					時間	
			パソコン室	トレーニング室	サロン	カフェ	その他	開始	終了
1	日								
2	月	PCサークル (シェーブアート)	○					9:30	11:30
		うどんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30
		PCサークル (なでしこ)	●					13:30	15:30
		ストレッチサークル (月曜)		●				13:30	15:00
3	火	脳力アップ元気教室			○	○		9:05	12:00
		パソコン教室 (パソコン入門) 初日	○					10:00	12:00
		パソコン教室 (Word入門) 初日	●					13:30	15:30
4	水	スマホ教室 (Android) 初日	○					10:00	12:00
		スマホ教室 (Android) 初日	●					13:30	15:30
		卓球愛好会		●				13:30	15:30
5	木	タブレット教室 (入門) 初日						10:00	12:00
		健康ヨーガ講座 (木曜AM)		○				10:00	11:30
		タブレット教室 (活用) 初日						13:30	15:30
		健康ヨーガ講座 (木曜PM)		●				14:00	15:30
6	金	麻雀・PON			○	○		9:30	12:30
		テ写歩の会						10:00	12:00
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30
		PCサークル (ゆうゆう)	●					13:30	16:00
		ストレッチサークル (金曜)		●			13:30	14:30	
7	土								
8	日								
9	月	PCサークル (つくも会)	○					9:30	11:30
		スマ遊			○	○		10:00	12:00
		ストレッチ・サークル (月曜)		●				13:30	15:00
		運営委員会			●			14:00	16:00
10	火	脳力アップ元気教室			○	○		9:05	12:00
		パソコン教室 (パソコン入門)	○					10:00	12:00
		パソコン教室 (Word入門)	●					13:30	15:30
11	水	スマホ教室 (Android)	○					10:00	12:00
		スマホ教室 (Android)	●					13:30	15:30
		卓球愛好会		●				13:30	15:30
12	木	タブレット教室 (入門)						10:00	12:00
		健康ヨーガ講座 (木曜AM)		○				10:00	11:30
		タブレット教室 (活用)						13:30	15:30
		健康ヨーガ講座 (木曜PM)		●				14:00	15:30
13	金	麻雀・PON			○	○		9:30	12:30
		PCサークル (ぎつき会)	○					9:30	11:30
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30
		ストレッチサークル (金曜)		●				13:30	14:30
14	土								
15	日								
16	月	お楽しみ会						8:00	18:35
		PCサークル (シェーブアート)	○					9:30	11:30
		PCサークル (なでしこ)	●					13:30	15:30
		ストレッチサークル (月曜)		●				13:30	14:30
17	火	脳力アップ元気教室			○	○		9:05	12:00
		パソコン教室 (パソコン入門)	○					10:00	12:00
		パソコン教室 (Word入門)	●					13:30	15:30
18	水	スマホ教室 (Android)	○					10:00	12:00
		スマホ教室 (Android)	●					13:30	15:30
		卓球愛好会		●				13:30	15:30
19	木	タブレット教室 (入門)						10:00	12:00
		健康ヨーガ講座 (木曜AM)		○				10:00	11:30
		タブレット教室 (活用)						13:30	15:30
		健康ヨーガ講座 (木曜PM)		●				14:00	15:30
20	金	春分の日							
21	土								
22	日								
23	月	PCサークル (つくも会)	○					9:30	11:30
		スマ遊			○	○		10:00	12:00
		ICT事業検討会			●			13:30	15:30
		パソコン定期保守		●				13:30	16:00
		ストレッチサークル (月曜)		●				13:30	14:30
24	火	脳力アップ元気教室 (予備)			○	○		9:05	12:00
		パソコン教室 (パソコン入門) 最終日	○					10:00	12:00
		パソコン教室 (Word入門) 最終日	●					13:30	15:30
25	水	スマホ教室 (Android) 最終日	○					10:00	12:00
		スマホ教室 (Android) 最終日	●					13:30	15:30
		卓球愛好会		●				13:30	15:30
26	木	タブレット教室 (入門) 最終日						10:00	12:00
		健康ヨーガ講座 (木曜AM)		○				10:00	11:30
		タブレット教室 (活用) 最終日						13:30	15:30
		健康ヨーガ講座 (木曜PM)		●				14:00	15:30
		パソコン室定期保守		●				13:30	17:00
27	金	PCサークル (ぎつき会)	○					9:30	11:30
		麻雀・PON			○			9:30	12:30
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30
		ストレッチサークル (金曜)		●				13:30	14:30
28	土								
29	日								
30	月	ストレッチサークル (月曜)		●				13:30	14:30
		うどんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30
31	火								

註) ○印：午前 ●：午後 ◎：午前と午後

TOBANIは変更になることがありますのでご確認ください

