

令和8年度 サロン活動予定

会場：老人福祉センター(豊明市福祉体育館内)

対象：おおむね65歳以上の豊明市民

豊明市役所長寿課
0562-92-1261

安全に

参加自由！
無料

参加するために

- 水分補給はこまめにしましょう
- 体調不良の時は無理をせずにお休みしましょう

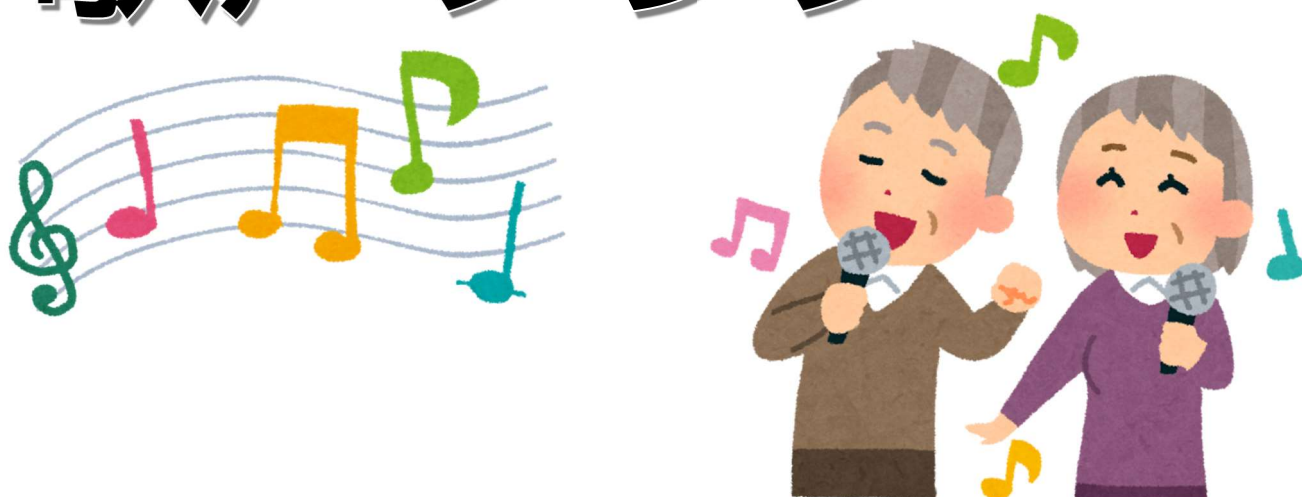


令和8年度 活動予定表

	時間帯	月	火	水	木	金
第1週	午前					体力向上クラブ
	午後			あすなろ麻雀		あすなろ麻雀
第2週	午前					体力向上クラブ
	午後			あすなろ麻雀		あすなろ麻雀
第3週	午前					体力向上クラブ
	午後			あすなろ麻雀	健康マージャン教室 (初心者・初級者)	・あすなろ麻雀 ・みんなで歌おう 歌声クラブ
第4週	午前					体力向上クラブ
	午後			あすなろ麻雀	健康マージャン教室 (初心者・初級者)	・あすなろ麻雀 ・みんなで歌おう 歌声クラブ
第5週	午前					
	午後			あすなろ麻雀		あすなろ麻雀

市内在住のおおむね 65 歳以上の方対象。無料・予約不要

みんなで歌おう 歌声クラブ



★気軽に お越しください★

開催日 第3・第4金曜日

時間 13:30~15:30

会場 老人福祉センター「らくらす室」

(問い合わせ先) 豊明市長寿課

電話 0562-92-1261

～令和8年度 歌声クラブ予定表～

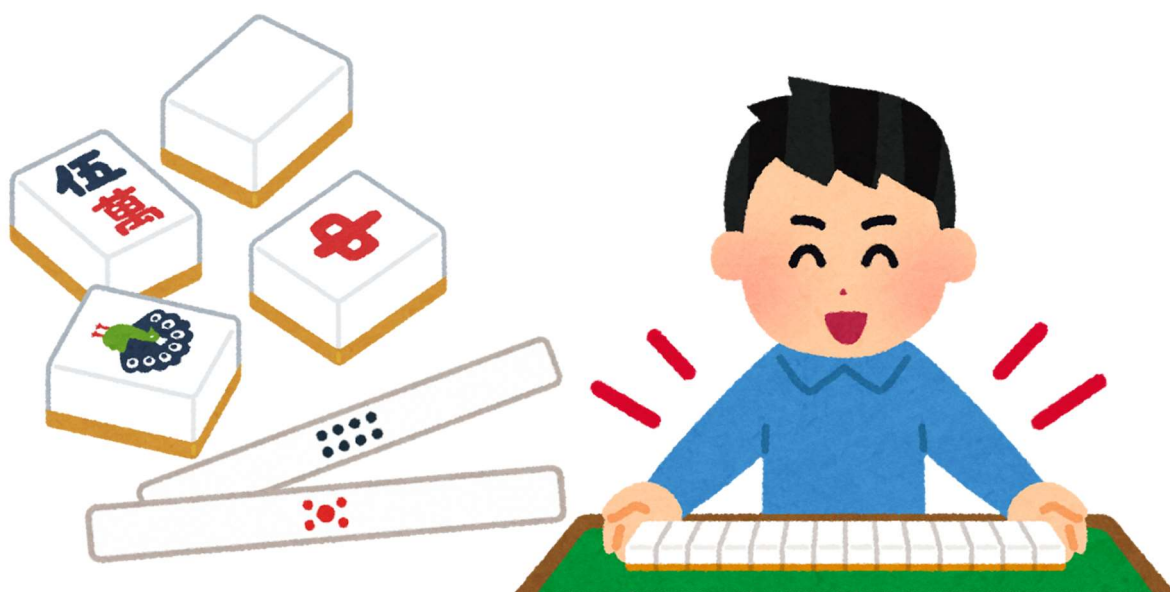
	老人福祉センター“らくらす室”会場	
	第3金曜日	第4金曜日
4月	17日	24日
5月	15日	22日
6月	19日	26日
7月	17日	24日
8月	21日	28日
9月	18日	25日
10月	16日	23日
11月	20日	27日
12月	18日	25日
1月	15日	22日
2月	19日	26日
3月	19日	26日

市内在住のおおむね 65 歳以上の方対象。無料・予約不要

大金星体操で

リフレッシュしてから始めます！

あすなる麻雀



開催日 毎週水・金曜日（祝日休み）

時間 13:30～15:30

会場 老人福祉センター「きずな室」

誰でも参加OK！

（問い合わせ先） 豊明市長寿課

電話 0562-92-1261

令和 8 年度 あすなろ麻雀予定表

4月	水	1日	8日	15日	22日	29日休み
	金	3日	10日	17日	24日	
5月	水	6日休み	13日	20日	27日	
	金	1日	8日	15日	22日	29日
6月	水	3日	10日	17日	24日	
	金	5日	12日	19日	26日	
7月	水	1日	8日	15日	22日	29日
	金	3日	10日	17日	24日	31日
8月	水	5日	12日	19日	26日	
	金	7日	14日	21日	28日	
9月	水	2日	9日	16日	23日休み	30日
	金	4日	11日	18日	25日	
10月	水	7日	14日	21日	28日	
	金	2日	9日	16日	23日	30日
11月	水	4日	11日	18日	25日	
	金	6日	13日	20日	27日	
12月	水	2日	9日	16日	23日	30日休み
	金	4日	11日	18日	25日	
1月	水	6日	13日	20日	27日	
	金	1日休み	8日	15日	22日	29日
2月	水	3日	10日	17日	24日	
	金	5日	12日	19日	26日	
3月	水	3日	10日	17日	24日	31日
	金	5日	12日	19日	26日	