




| 曜日 | 午前（月）午後 | | 午前（火）午後 | | 午前（水）午後 | | 午前（木）午後 | | 午前（金）午後 | | 午前（土）午後 | |
|-----|-----------------------------|------------------|-------------------|----------------|---|----------------------|---|---------------|---|-----------------|------------------|------------------|
| 日付 | 10月2日 | | 10月3日 | | 10月4日 | | 10月5日 | | 10月6日 | | 10月7日 | |
| 会議室 | 編み物同好会 A-① | 大正琴同好会 A | 編み物同好会 A-③ | オセロを楽しむ日 | 書道同好会 A-①② | 生きいき サロン | 楽しくピアノ 同好会A-①② | | | 久世西 おたっしやクラブ | | |
| 和室 | のびのびストレッチ ①10時 ②11時 | 囲碁/将棋 (年間登録制) | ヨガ同好会 A-③(2部制) | | 着付け同好会 B | 着付け同好会 A | 編み物同好会 A-② | 武術太極拳 同好会A | 茶道同好会 A | ヨガ同好会 A-① | | 囲碁/将棋 (年間登録制) |
| ホール | 盆踊り同好会 | 卓球同好会 A | フラダンス 同好会A | 楽しく体操 (火)①② | 社交ダンス 同好会B | みなみ~ず ①1:30 ②2:25 | 楽しく体操 (木)①② | | 3B体操 同好会A-② | 3B体操 同好会A-① | 卓球のつどい ① | 卓球のつどい ② |
| 日付 | 10月9日 | | 10月10日 | | 10月11日 | | 10月12日 | | 10月13日 | | 10月14日 | |
| 会議室 | 休館日 (スポーツの日) | | 生花同好会 A | 編み物同好会 B | 大人の頭塾 ①10時 ②11時 | 水彩画同好会 A | 折り紙のつどい | 水墨画同好会 A | マクラメ同好会 A | カラオケ同好会A | 多世代交流事業 手話ひろば | |
| 和室 | | | | | | | | 武術太極拳 同好会A | 茶道同好会 A | ヨガ同好会 A-② | | 囲碁/将棋 (年間登録制) |
| ホール | | | 太極拳同好会 A-① | 卓球のつどい ③ | 社交ダンス 同好会B | 生きいき サロン | 卓球のつどい ① | 太極拳同好会 A-② | 筋力アップ 男性10時 女性11時 | 卓球のつどい ③ | 社交ダンス 同好会A | 卓球のつどい ② |
| 日付 | 10月16日 | | 10月17日 | | 10月18日 | | 10月19日 | | 10月20日 | | 10月21日 | |
| 会議室 | 編み物同好会 A-① | 大正琴同好会 A | 編み物同好会 A-③ | オセロを楽しむ日 | 書道同好会 A-①② | 若返りセルフケア &メイクレッスン | 楽しくピアノ 同好会A-①② | | 認知症サポーター 養成講座 | カラオケ同好会A | | |
| 和室 | のびのびストレッチ ①10時 ②11時 | 囲碁/将棋 (年間登録制) | ヨガ同好会 A-③(2部制) | | 着付け同好会 B | 着付け同好会 A | 編み物同好会 A-② | 武術太極拳 同好会A | 茶道同好会 A | ヨガ同好会 A-① | | 囲碁/将棋 (年間登録制) |
| ホール | 盆踊り同好会 | 卓球同好会 A | フラダンス 同好会A | 楽しく体操 (火)①② | 社交ダンス 同好会B | 生きいき サロン | 楽しく体操 (木)①② | | 3B体操 同好会A-② | 3B体操 同好会A-① | 社交ダンス 同好会A | 卓球のつどい ② |
| 日付 | 10月23日 | | 10月24日 | | 10月25日 | | 10月26日 | | 10月27日 | | 10月28日 | |
| 会議室 | 認知症サポーター 養成講座 | | 生花同好会 A | 絵手紙同好会 A | 大人の頭塾 ①10時 ②11時 | 水彩画同好会 A | 健康講座 | 水墨画同好会 A | マクラメ同好会 A | カラオケ同好会A | 多世代交流事業 手話ひろば | |
| 和室 | いきいき筋トレ A 10時~ B 11時~ | 囲碁/将棋 (年間登録制) | | 編み物同好会 B | | | | 武術太極拳 同好会A | | ヨガ同好会 A-② | | 囲碁/将棋 (年間登録制) |
| ホール | | 卓球同好会 A | 太極拳同好会 A-① | 卓球のつどい ② | 社交ダンス 同好会B | 生きいき サロン | 卓球のつどい ① | 太極拳同好会 A-② | 筋力アップ 男性10時 女性11時 | 卓球のつどい ③ | 社交ダンス 同好会A | 久世地域行事 PM1時~ |
| 日付 | 10月30日 | | 10月31日 | | | | | | | | | |
| 会議室 | 認知症サポーター 養成講座 | | | はつらつ健康道場 |  | |  | |  | | | |
| 和室 | | 囲碁/将棋 (年間登録制) | | | | | | | | | | |
| ホール | 卓球のつどい ① | 卓球同好会 A | | 卓球のつどい ③ | | | | | | | | |