



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
1週	13:30~ 17 ほのぼのネット深大寺北班 ミニお茶会 18 折紙の会	13:30~ 8 生きる体操	10:00~ 29 きらめきふまねっと 21 井口3丁目ラジオ体操 13:00~ 11 ぬくぬくカフェ鷹野	13:30~ 3 井口5丁目のぞみ体操	13:30~ 7 おとなのエクササイズ 9 いのじん体操 10 楽しくうごころ井口A/B		9:00~ 26 井口コミセンラジオ体操
2週	13:30~ 28 いきいきボッチャ	10:00~ 1 井口4丁目体操火曜会 13:30~ 8 生きる体操 4 みどり会 6 ツクイサンシャイン うごころ体操	9:00~ 20 コミュニティガーデン 10:00~ 2 井口4丁目体操水曜会 25 サニーステージラジオ体操 13:00~ 5 水仙の会	10:00~ 15 音楽で若返り	13:30~ 7 おとなのエクササイズ 10 楽しくうごころ井口A/B 11 ほのぼのサロン	9:00~ 22 井口4丁目ラジオ体操 9:30~ 23 かるーい体操	9:00~ 26 井口コミセンラジオ体操
3週	14:00~ 27 みんなでボッチャ	13:00~ 14 立寄りサロン 13:30~ 8 生きる体操	10:00~ 29 きらめきふまねっと 21 井口3丁目ラジオ体操	13:30~ 3 井口5丁目のぞみ体操 9 いのじん体操	13:30~ 7 おとなのエクササイズ 9 いのじん体操 10 楽しくうごころ井口A/B 14:00~ 16 うたごえ喫茶けやき		9:00~ 26 井口コミセンラジオ体操
4週	13:30~ 13 のぞみサロン& いのじん保健室 30 よってらっしゃい にしみたか	10:00~ 1 井口4丁目体操火曜会 24 ラジオ体操と乳児の あそびひろば 13:30~ 8 生きる体操 4 みどり会 6 ツクイサンシャイン うごころ体操	9:00~ 20 コミュニティガーデン 10:00~ 2 井口4丁目体操水曜会 25 サニーステージラジオ体操 13:00~ 5 水仙の会	10:00~ 15 音楽で若返り	10:00~ 19 井口2丁目のじん保健室 13:30~ 7 おとなのエクササイズ 10 楽しくうごころ井口A/B	9:00~ 22 井口4丁目ラジオ体操 9:30~ 23 かるーい体操	9:00~ 26 井口コミセンラジオ体操
5週		13:30~ 8 生きる体操			13:30~ 7 おとなのエクササイズ 10 楽しくうごころ井口A/B		9:00~ 26 井口コミセンラジオ体操