

2026年1月

JANUARY

# みんな、おいでえなあ 1月カレンダー



令和8年

日

月

火

水

木

金

土

				1 元日 大安	2 赤口	3 先勝
4 友引	5 先負	6 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	7 スローエアロビック 10:00~11:00	8 お茶の間サークル 9:30~11:30	9 健やか太極拳（初心者） 10:30~12:00	10 友引
11 先負	12 成人の日 仏滅	13 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	14 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 ぶらぶら体操@養老 11:00~12:00 スローエアロビック 10:00~11:00	15 お茶の間サークル 9:30~11:30	16 健やか太極拳（初心者） 10:30~12:00	17 先負
18 仏滅	19 赤口	20 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	21 スローエアロビック 10:00~11:00	22 お茶の間サークル 9:30~11:30	23 ちよこボラ 10:00~11:30 健やか太極拳（初心者） 10:30~12:00	24 大安
25 赤口	26 先勝	27 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	28 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 ぶらぶら体操@養老 11:00~12:00 スローエアロビック 10:00~11:00	29 お茶の間サークル 9:30~11:30	30 健やか太極拳（初心者） 10:30~12:00	31 赤口



◎「パソコンであそぼう」要予約

※その他は予約不要・参加費無料

◎健やか太極拳「海風」 参加費 500円

◎「スローエアロビック」 参加費 500円

お問合せは宮津市社会福祉協議会 22-2090 まで