

December

12月 2025

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
30	1	2	3	4	5	6
			PM 団体利用 13:30~15:30	PM 健康センター 介護予防リハビリ教室 13:30~15:00	AM 健康センター ヨガ教室 10:00~11:00	
	夜間 団体利用 18:30~20:00	夜間 健康センター ヨガ教室 ※オンライン有 18:00~19:00		夜間 团体利用 18:00~19:30		
7	8	9	10	11	12	13
	PM 健康センター 健康講座 13:00~15:00	PM 健康センター 若返り体操教室 13:30~15:00	PM 团体利用 13:30~15:30	PM 健康センター 介護予防リハビリ教室 13:30~15:00	AM 健康センター ヨガ教室 10:00~11:00	
	夜間 团体利用 18:30~20:00	夜間 健康センター ヨガ教室 ※オンライン有 18:00~19:00	夜間 团体利用 18:30~19:30	夜間 团体利用 18:00~19:30	夜間 团体利用 19:00~20:00	
14	15	16	17	18	19	20
			PM 团体利用 13:30~15:30	PM 健康センター 介護予防リハビリ教室 13:30~15:00	AM 健康センター ヨガ教室 10:00~11:00	
	夜間 团体利用 18:30~20:00	夜間 健康センター ヨガ教室 ※オンライン有 18:00~19:00		夜間 团体利用 18:00~19:30		
21	22	23	24	25	26	27
		PM 健康センター 若返り体操教室 13:30~15:00				
	夜間 团体利用 18:30~20:00				利用 17:00まで	
28	29 年末休	30 年末休	31 年末休	1 元日		3