

July

7月

2026

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