

		午 前 9 : 00～12 : 00	午 後 13 : 00～17 : 00	夜 間 18 : 00～21 : 00
1	火	臨時休館		
2	水	臨時休館		
3	木	団体貸出	団体貸出	団体貸出
4	金	団体貸出	団体貸出	団体貸出
5	土	団体貸出	団体貸出	団体貸出
6	日	団体貸出	団体貸出	団体貸出

		午 前 9 : 00～12 : 00		午 後 13 : 00～17 : 00		夜 間 18 : 00～21 : 00	
7	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
8	火	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
9	水	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
10	木	アンチエイジング 9 : 45～10 : 45	太極拳（午前） 11 : 00～12 : 30	初めてのフラダンス 13:30～14:45	太極拳（午後） 15 : 00～16 : 30	女性限定シニアヨガ 18 : 00～19 : 00	ジャズ体操 19 : 15～20 : 15
11	金	ヨガティス 9 : 30～10 : 35		団体貸出		団体貸出	
12	土	リセットヨガ 9 : 30～10 : 35	リフレッシュヨガ 10 : 55～12 : 00	団体貸出		団体貸出	
13	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

		午 前 9 : 00～12 : 00		午 後 13 : 00～17 : 00		夜 間 18 : 00～21 : 00	
14	月	団体貸出		はじめての バレエエクササイズ 13 : 30～14 : 40		団体貸出	
15	火	体質改善 9 : 30～10 : 30	健康気功 11 : 00～12 : 15	ジュニア少林寺拳法 体験教室 16 : 00～17 : 30		団体貸出	
16	水	シニアらくらく体操 9 : 30～10 : 30	リラックスヨガ 10:50～12:00	団体貸出		団体貸出	
17	木	アンチエイジング 9 : 45～10 : 45	太極拳（午前） 11 : 00～12 : 30	初めてのフラダンス 13:30～14:45	太極拳（午後） 15 : 00～16 : 30	女性限定シニアヨガ 18 : 00～19 : 00	ジャズ体操 19 : 15～20 : 15
18	金	ヨガティス 9 : 30～10 : 35		団体貸出		団体貸出	
19	土	リセットヨガ 9 : 30～10 : 35	リフレッシュヨガ 10 : 55～12 : 00	団体貸出		団体貸出	
20	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和7年度 4月 ※2月11日～予約可

		午 前 9 : 00～12 : 00		午 後 13 : 00～17 : 00		夜 間 18 : 00～21 : 00	
21	月	団体貸出		はじめての バレエエクササイズ 13 : 30～14 : 40		団体貸出	
22	火	体質改善 9 : 30～10 : 30	健康気功 11 : 00～12 : 15	ジュニア少林寺拳法 体験教室 16 : 00～17 : 30		団体貸出	
23	水	シニアらくらく体操 9 : 30～10 : 30	リラックスヨガ 10:50～12:00	団体貸出		やさしい ジャイロキネシス® 18 : 30～19 : 20	
24	木	アンチエイジング 9 : 45～10 : 45	太極拳（午前） 11 : 00～12 : 30	初めてのフラダンス 13:30～14:45	太極拳（午後） 15 : 00～16 : 30	女性限定シニアヨガ 18 : 00～19 : 00	ジャズ体操 19 : 15～20 : 15
25	金	ヨガティス 9 : 30～10 : 35		団体貸出		団体貸出	
26	土	リセットヨガ 9 : 30～10 : 35	リフレッシュヨガ 10 : 55～12 : 00	団体貸出		団体貸出	
27	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和7年度 4月 ※2月11日～予約可

		午 前 9 : 00～12 : 00		午 後 13 : 00～17 : 00		夜 間 18 : 00～21 : 00	
28	月	休 館 日					
29	火	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
30	水	団体貸出		団体貸出		やさしい ジャイロキネシス® 18 : 30～19 : 20	

		午 前 9 : 00～12 : 00	午 後 13 : 00～17 : 00	夜 間 18 : 00～21 : 00

令和7年度 4月 ※2月11日～予約可