



2026年4月活動予定表

2026/3/23 V1

日付	曜日	事業活動・サークル活動名	いきいきラボ関ヶ原					時間		講師 アシスタント	運営委員 ・窓口	備考	TOBAN			
			パソコン 教室	トレー ニング 室	サロン	カフェ	その他	開始	終了				午前		午後	
1	水	スマホ教室 (Android入門) 初日	○					10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村					
		スマホ教室 (Android入門) 初日	●					13:30	15:30	田中・高見・中澤	吉村		吉田	清水	村上	
		卓球愛好会		●				13:30	15:30		八巻					
2	木	タブレット教室 (活用) 初日					○	10:00	12:00	吉村・菅野	吉村					
		タブレット教室 (入門) 初日					●	13:30	15:30	小平・吉田	吉村		吉澤		荻原	
		健康ヨーガ講座 (AM)		○				10:00	11:30	三澤	菊島					
3	金	健康ヨーガ講座 (PM)		●				14:00	15:30	三澤	菊島					
		麻雀・PON			○	○		9:30	12:30		小平					
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30	須藤	菊島					
4	土	テ写歩					○	10:00	12:00		國重	館外	高岡		田中	
		ストレッチ・サークル (金曜)		●				13:30	14:30		村上					
		PCサークル (ゆうゆう)		●				13:30	16:00		菊島					
5	日															
6	月	PCサークル (シェーブアート)	○					9:30	11:30		國重					
		ストレッチ・サークル (月曜)		●				13:30	15:00		新井		田中		荻原	
		PCサークル (なでしこ)		●				13:30	15:30		村上					
7	火	パソコン教室 (PC入門) 初日	○					10:00	12:00	中澤・辻	吉村		八巻	清水	村上	
		パソコン教室 (Word入門) 初日	●					13:30	15:30	日笠・戸坂	吉村				家田	
		スマホ教室 (Android入門)	○					10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村					
8	水	スマホ教室 (Android入門)	●					13:30	15:30	田中・高見・中澤	吉村		吉田		日笠	
		卓球愛好会		●				13:30	15:30		八巻					
		タブレット教室 (活用)					○	10:00	12:00	吉村・菅野	吉村					
9	木	タブレット教室 (入門)					●	13:30	15:30	小平・吉田	吉村		八巻	家田	菊島	
		健康ヨーガ講座 (AM)		○				10:00	11:30	三澤	菊島					
		健康ヨーガ講座 (PM)		●				14:00	15:30	三澤	菊島					
10	金	PCサークル (さつき会)	○					9:30	11:30		國重					
		麻雀・PON			○	○		9:30	12:30		小平		田中		荻原	
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30	須藤	菊島					
11	土	ストレッチ・サークル (金曜)		●				13:30	14:30		村上					
12	日															
13	月	PCサークル (つくも会)	○					9:30	11:30		國重					
		うんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30	ルネサンス	区					
		ストレッチ・サークル (月曜)		●				13:30	15:00		新井		菊島		村上	
		スマ遊			○	○		10:00	12:00		高岡					
14	火	運営委員会		●				14:00	16:00		中澤					
		パソコン教室 (PC入門)	○					10:00	12:00	中澤・辻	吉村		高見		辻	
		パソコン教室 (Word入門)	●					13:30	15:30	日笠・戸坂	吉村					
15	水	スマホ教室 (Android入門)	○					10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村					
		スマホ教室 (Android入門)	●					13:30	15:30	田中・高見・中澤	吉村		菅野		戸坂	
		卓球愛好会		●				13:30	15:30		八巻				清水	
16	木	タブレット教室 (活用)					○	10:00	12:00	吉村・菅野	吉村					
		タブレット教室 (入門)					●	13:30	15:30	小平・吉田	吉村		吉澤		八巻	
		健康ヨーガ講座 (AM)		○				10:00	11:30	三澤	菊島					
17	金	健康ヨーガ講座 (PM)		●				14:00	15:30	三澤	菊島					
		麻雀・PON			○	○		9:30	12:30		小平					
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30	須藤	菊島					
18	土	テ写歩					○	10:00	12:00		國重	館外	菊島	家田	中澤	
		PCサークル (ゆうゆう)		●				13:30	16:00		菊島					
		ストレッチ・サークル (金曜)		●				13:30	14:30		村上					
19	日															
20	月	PCサークル (シェーブアート)	○					9:30	11:30		國重					
		うんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30	ルネサンス	区		田中		小平	
		ストレッチ・サークル (月曜)		●				13:30	15:00		新井					
		PCサークル (なでしこ)		●				13:30	15:30		村上					
21	火	パソコン教室 (PC入門)	○					10:00	12:00	中澤・辻	吉村		高岡		吉村	
		パソコン教室 (Word入門)	●					13:30	15:30	日笠・戸坂	吉村					
		スマホ教室 (Android入門) 最終日	○					10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村					
22	水	スマホ教室 (Android入門) 最終日	●					13:30	15:30	田中・高見・中澤	吉村		菅野		戸坂	
		卓球愛好会		●				13:30	15:30		八巻					
		タブレット教室 (活用) 最終日					○	10:00	12:00	吉村・菅野	吉村					
23	木	タブレット教室 (入門) 最終日					●	13:30	15:30	小平・吉田	吉村		高岡		菊島	
		健康ヨーガ講座 (AM)		○				10:00	11:30	三澤	菊島					
		健康ヨーガ講座 (PM)		●				14:00	15:30	三澤	菊島					
24	金	PCサークル (さつき会)	○					9:30	11:30		國重					
		麻雀・PON			○	○		9:30	12:30		小平		家田		中澤	
		姿勢改善フィットネス講座		○				10:00	11:30	須藤	菊島					
25	土	ストレッチ・サークル (金曜)		●				13:30	14:30		村上					
26	日															
27	月	PCサークル (つくも会)	○					9:30	11:30		國重					
		うんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30	ルネサンス	区					
		スマ遊			○	○		10:00	12:00		高岡		辻		八巻	
		ストレッチ・サークル (月曜)		●				13:30	15:00		新井					
		ICT事業検討会			●			13:30	15:30		田中					
28	火	パソコン室定期保守		●				13:30	15:30	ミツイワ	吉村					
		パソコン教室 (PC入門) 最終日	○					10:00	12:00	中澤・辻	吉村		日笠		高見	
		パソコン教室 (Word入門) 最終日	●					13:30	15:30	日笠・戸坂	吉村					
29	水															
30	木	※イベントなし										菅野		吉村		

注) ○印：午前 ●：午後 ◎：午前と午後

TOBANは変更になることがありますのでご確認ください