



# 2026年6月活動予定表

2026/5/18 v1

日付	曜日	事業活動・サークル活動名	いきいきクラブ関ヶ原					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	月	うんどう機能トレーニング		○				10:00	11:30	ルネサンス	区		八巻	清水
		PCサークル(シェパード)	○					9:30	11:30		國重			
		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			
2	火	能力アップ元気教室			○		9:05	12:00	ルネサンス	区		高岡	荻原	
		パソコン教室(Word入門)最終日	○				10:00	12:00		菊島・辻	吉村			
		パソコン教室(Excel入門)最終日	●				13:30	15:30		村上・高見	吉村			
3	水	スマホ教室(iPhone入門)最終日	○				10:00	12:00	吉村・高岡・日笠	吉村		菅野	戸坂	
		タブレット教室(入門)最終日	●				13:30	15:30		荻原・小平	吉村			
		卓球愛好会		●			13:30	15:30			八巻			
4	木	健康ヨーガ講座(AM)		○			10:00	11:30	三澤	菊島		吉澤	田中	
		健康ヨーガ講座(PM)		●			14:00	15:30		三澤	菊島			
		タブレット教室(活用)初日					10:00	12:00	菊島・菅野	吉村	平塚橋			
		タブレット教室(入門)初日					13:30	15:30	吉田・高岡	吉村	平塚橋			
5	金	姿勢改善フィットネス講座		○			10:00	11:30	須藤	菊島		高岡	荻原	
		麻雀・PON			○	○	9:30	12:30			小平			
		テ写歩					10:00	12:00			國重			
		ストレッチ・サークル(金曜)		●			13:30	14:30			村上			
6	土	PCサークル(ゆうゆう)		●			13:30	16:00						
8	月	うんどう機能トレーニング		○			10:00	11:30	ルネサンス	区		吉田	村上	
		PCサークル(つくも会)	○				9:30	11:30		國重				
		スマ遊			○	○	10:00	12:00		高岡				
		ストレッチ・サークル(月曜)		●			13:30	15:00		新井				
9	火	運営委員会			●		14:00	16:00		中澤		田中	菊島	
		能力アップ元気教室			○		9:05	12:00	ルネサンス	区				
		パソコン教室(PC入門)初日	○				10:00	12:00		吉村・冢田	吉村			
		パソコン教室(Excel入門)初日	●				13:30	15:30		中澤・辻	吉村			
10	水	スマホ教室(Android入門)初日	○				10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村		菅野	清水	
		スマホ教室(Android入門)初日	●				13:30	15:30		田中・高見・中澤	吉村			
		卓球愛好会		●			13:30	15:30			八巻			
		健康ヨーガ講座(AM)		○			10:00	11:30	三澤	菊島				
11	木	健康ヨーガ講座(PM)		●			14:00	15:30		三澤	菊島	八巻	家田	
		シニアICTリーダー講習会		◎			10:00	16:00	田中・荻原・小平	吉村				
		タブレット教室(活用)					10:00	12:00	菊島・菅野	吉村	平塚橋			
		タブレット教室(入門)					13:30	15:30	吉田・高岡	吉村	平塚橋			
12	金	姿勢改善フィットネス講座		○			10:00	11:30	須藤	菊島		菊島	日笠	
		シニアICTリーダー講習会			◎		10:00	16:00	田中・荻原・小平	吉村				
		PCサークル(さつき会)	○				9:30	11:30			國重			
		麻雀・PON			○	○	9:30	12:30			小平			
13	土	ストレッチ・サークル(金曜)		●			13:30	14:30						
15	月	うんどう機能トレーニング		○			10:00	11:30	ルネサンス	区		八巻	小平	
		PCサークル(つくも会)	○				9:30	11:30		國重				
		シニアICTリーダー講習会			◎		10:00	16:00	田中・荻原・小平	吉村				
		ストレッチ・サークル(月曜)		●			13:30	15:00		新井				
16	火	PCサークル(なでしこ)		●			13:30	15:30		村上		辻	吉村	
		能力アップ元気教室			○		9:05	12:00	ルネサンス	区				
		パソコン教室(PC入門)	○				10:00	12:00		吉村・冢田	吉村			
		パソコン教室(Excel入門)	●				13:30	15:30		中澤・辻	吉村			
17	水	スマホ教室(Android入門)	○				10:00	12:00	小平・高岡・日笠	吉村		吉田	村上	
		スマホ教室(Android入門)	●				13:30	15:30		田中・高見・中澤	吉村			
		卓球愛好会		●			13:30	15:30			八巻			
		健康ヨーガ講座(AM)		○			10:00	11:30	三澤	菊島				
18	木	健康ヨーガ講座(PM)		●			14:00	15:30		三澤	菊島	吉澤	家田	
		タブレット教室(活用)					10:00	12:00	菊島・菅野	吉村	平塚橋			
		タブレット教室(入門)					13:30	15:30	吉田・高岡	吉村	平塚橋			
		姿勢改善フィットネス講座		○			10:00	11:30	須藤	菊島				
19	金	麻雀・PON			○	○	9:30	12:30		小平		高見	中澤	
		テ写歩					10:00	12:00			國重			
		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			
22	月	うんどう機能トレーニング		○			10:00	11:30	ルネサンス	区		吉田	八巻	
		PCサークル(つくも会)	○				9:30	11:30		國重				
		スマ遊			○	○	10:00	12:00		高岡				
		ストレッチ・サークル(月曜)		●			13:30	15:00		新井				
23	火	ICT事業検討会			●		13:30	15:30		田中		高見	日笠	
		パソコン室定期保守		●			13:30	15:30			吉村			
		能力アップ元気教室			○		9:05	12:00	ルネサンス	区				
		パソコン教室(PC入門)	○				10:00	12:00		吉村・冢田	吉村			
24	水	パソコン教室(Excel入門)	●				13:30	15:30		中澤・辻	吉村	菅野	戸坂	
		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			
		卓球愛好会		●			13:30	15:30			八巻			
25	木	健康ヨーガ講座(AM)		○			10:00	11:30	三澤	菊島		辻	田中	
		健康ヨーガ講座(PM)		●			14:00	15:30		三澤	菊島			
		タブレット教室(活用)最終日					10:00	12:00	菊島・菅野	吉村	平塚橋			
		タブレット教室(入門)最終日					13:30	15:30	吉田・高岡	吉村	平塚橋			
26	金	姿勢改善フィットネス講座		○			10:00	11:30	須藤	菊島		高岡	中澤	
		PCサークル(さつき会)	○				9:30	11:30			國重			
		麻雀・PON			○	○	9:30	12:30			小平			
		ストレッチ・サークル(金曜)		●			13:30	14:30			村上			
29	月	うんどう機能トレーニング		○			10:00	11:30	ルネサンス	区		戸坂	小平	
		PCサークル(つくも会)	○				9:30	11:30		國重				
		スマ遊			○	○	10:00	12:00		高岡				
		ストレッチ・サークル(月曜)		●			13:30	15:00		新井				
30	火	能力アップ元気教室			○		9:05	12:00	ルネサンス	区		菊島	吉村	
		パソコン教室(PC入門)最終日	○				10:00	12:00		吉村・冢田	吉村			
		パソコン教室(Excel入門)最終日	●				13:30	15:30		中澤・辻	吉村			

註) ○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