

2026

１０月

日	月	火	水	木	金	土
				1 シニアフィットネス ほんわかヨーガ	2 元気 やさしいヨーガ	3
4	5 卓球 ハーモニカ 手話サークルゆめ	6 卓球 折り紙あそび しあわせモーニング 絵画教室	7 手芸 アートクラブ	8 ほんわかヨーガ いきいきサロン	9 ぴんぽんフレッシュ ベビーちゃんフィットネス やさしいヨーガ ボディバランス教室	10
11	12 スポーツの日	13 卓球 オトコの料理① ヒューメインネット 絵画教室 はじめての書道	14 手芸 リズムチャレンジクラブ	15 シニアフィットネス ほんわかヨーガ	16 元気 やさしいヨーガ	17
18	19 卓球 ハーモニカ 手話サークルゆめ	20 卓球 行政相談 折り紙あそび 絵画教室	21 しあわせモーニング 手芸 リズムチャレンジクラブ	22 ほんわかヨーガ しあわせづくり人	23 ぴんぽんフレッシュ やさしいヨーガ ボディバランス教室	24
25	26 卓球 ハーモニカ	27 卓球 オトコの料理② 絵画教室	28 手芸 リズムチャレンジクラブ	29 シニアフィットネス	30 ぴんぽんフレッシュ やさしいヨーガ	31

※大内交流館カレンダーでは、定期講座を中心に掲載ご案内しております。