

2026年6月 ユートピア青葉 カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	1	2	3	4	5 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	6
7	8	9	10	11	12 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～ ●貯筋運動	13
14	15 休館日	16	17 ●肩・腰・膝の不調 改善講座	18	19 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～ ●生活の不安解消セミナー	20
21 ●元輝体操	22	23	24 ●肩・腰・膝の不調 改善講座	25	26 ●カラオケ 午前の部10:00～ 午後の部13:30～	27
28	29 ●ブラッチング講座	30	1	2	3	4

5 6

- カラオケ：【申込不要】午前の部10:00～（受付9:30～）/午後の部13:30～（受付13:15～）参加費無料
- 元輝体操：【申込不要】13:30～14:30参加費無料
- 貯筋運動：【要申込】10:00～11:00参加費無料
- 高齢社会に向けた生活の不安解消セミナー：【要申込】10:00～11:30参加費無料
- 肩・腰・膝の不調改善講座（全3回）：【要申込】13:30～14:45 参加費100円（3回分・保険料含む）
- ブラッチング講座：【要申込】10:00～11:00参加費無料