



2025 年

12 月

# みらいと高幡イベントカレンダー

日野市高幡651-5高幡マンション第2 3階  
042-506-7221 平日9時～16時



午前中は  
のんびり静かに  
利用できます

日	月	火	水	木	金	土
30	1 13:30 俳句 14:00 昭和歌謡を歌おう	2 10:00～10:30 ボランティア活動(清掃)  14時 パズル	3 14時 卓球	4 10時～17時 おうちキャンプ 15時～16時軽食提供 参加費用¥100	5 14時ひの健幸貯筋体操 Aコース *申込み制/無料  14時 ボードゲーム	6
7	8 10:30～12:00 健康増進イベント ・ベジチェック・血管年齢 ・最終糖化物質・握力 *無料 ～明治安田生命～ 14:00 昭和歌謡を歌おう	9 10:00～10:30 ボランティア活動(清掃)  14:00 ハンドメイド	10 10:00 正月飾りを作ろう *無料	11 14:00 北欧伝統飾り ～ヒンメリ制作～ *無料	12 14時ひの健幸貯筋体操 Bコース *申込み制/無料  14時 ボードゲーム	13
14	15 14:00 昭和歌謡を歌おう	16 10:00～10:30 ボランティア活動(清掃)	17 14時 卓球	18 14時 誕生日を祝おう！ 12月生まれの方・一緒に 祝いしたい方集まれ～！	19 14時ひの健幸貯筋体操 Aコース *申込み制/無料  14時 ボードゲーム	20
12/15～12/19みらいと蚤の市 服や雑貨などほぼ100円						
21	22 13:30 俳句 14:00 昭和歌謡を歌おう	23 10:00～10:30 ボランティア活動(清掃)	24	25 14時～15時 クリスマス会 参加費用¥100/先着10名	26 9:30～12:00 大掃除ボランティア活動  14時ひの健幸貯筋体操 Bコース *申込み制/無料  14時 ボードゲーム	27
28	29	30	31	1	2	3
12/27(土)～1/4 (日)みらいとお休み						
2026.1.31(土)ゆざわフェス「ここから手作り市」に出店参加します！ ハンドメイド作品を一緒に作ってくれる方募集中!!詳しくはスタッフまで						

## ★ひの筋体操★

1月利用は12/22(月)10時から来所or電話にて受付開始。各コース:先着7名  
\*無料\*連絡先:042-506-7221

2月利用は2/2(月)10時～受付開始