

中央区南老人福祉センター 5月予定表

日	月	火	水	木	金	土
休館日	1	2	3	4	5	6
	10:00 スクエアダンス	10:00 百歳体操A 10:30 シニアいきいき遊び 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	休館日	休館日	休館日	12:00 カラオケ
	12:00 卓球ひろばA	13:30 手芸				
	13:15 大正琴A	13:30 健康の〜びのび♪体操				
	14:00 卓球ひろばB	13:30 着付け				
15:15 大正琴B						
7 休館日	8	9	10	11	12	13
	10:00 太極拳	10:00 <small>中央会館 於</small> 高齢者の食生活 10:15 <small>中央会館 於</small> 童謡ひろば 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	10:00 謡曲 10:30 リズムストレッチ	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨C	10:00 フォークダンス 10:00 オカリナ 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	10:00 尺八A
	12:00 卓球ひろばA	13:00 フラダンス	13:00 絵画(自習) 13:30 民踊	13:30 歴史ウォーキング 14:00 水墨D 14:00 箏曲	13:00 民謡 14:00 書道	12:00 カラオケ
	13:00 詩吟					
	13:30 社交ダンスひろば					
14:00 卓球ひろばB						
14 休館日	15	16	17	18	19	20
	10:00 スクエアダンス	10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	10:00 介護予防教室	10:00 民謡	10:00 フォークダンス 10:00 オカリナ 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	
	12:00 卓球Aひろば	13:30 手芸	13:00 絵画	13:00 歌謡A 13:30 俳句 14:40 歌謡B	13:00 詩吟	12:00 カラオケ
	13:15 大正琴A	13:30 民踊研究会	13:00 コーラス			
	14:00 卓球Bひろば					
13:30 社交ダンスひろば						
15:15 大正琴B						
21 休館日	22	23	24	25	26	27
	10:00 太極拳	10:00 百歳体操A 10:30 刺繍A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	10:30 リズムストレッチ	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨A	10:00 オカリナ講習会 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	10:00 尺八B
	13:30 社交ダンスひろば (2階)	13:00 フラダンス 13:30 刺繍B 13:30 着付け	13:00 絵画 13:30 民踊	13:00 歌謡A 14:00 水墨B 14:00 箏曲 14:40 歌謡B	14:00 書道	13:30 おもしろ健康教室
28 休館日	29	30	31	<p>※センター利用は市内在住60歳以上の方が対象になります。 「囲碁・将棋ひろば」月～土曜日 13:00～16:45開催中! (行事によっては開催できない日があります) 「休館日」日曜日・祝日・国民の休日・年末年始 ※大阪市に暴風警報が発令された場合は臨時休館とします。 ※教室・行事等の日程を変更することがあります。</p>		
		10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C				
	12:00 卓球ひろばA	13:30 尺八コンサート	13:00 コーラス			
	13:15 大正琴A		14:00 <small>中央会館 於</small> ふれあいコンサート			
	14:00 卓球ひろばB					
15:15 大正琴B						