



2017 6月

中央区東老人福祉センター



日	曜日	行 事	教 室 ・ 同 好 会			
			午 前		午 後	
1	木	1:30 編物・手芸講習会	10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 民謡同好会	11:00 百歳体操 11:40		
2	金	1:30 歴史ウォーキング②	10:30 遊歌クラブ	11:00 ~12:00	1:00 俳句同好会 1:30 健康太極拳	3:00 ~3:00
3	土		10:30 慰問ボランティア	11:00 ~3:30	12:00 囲碁サロン 1:30 生花同好会	5:00 ~3:30
4	日	休 館 日				
5	月		10:00 フォークダンス同好会	11:00 ~12:00	12:00 囲碁サロン 1:30 書道同好会	5:00 ~3:30
6	火	終日 日帰りバスツアー	10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 ゆったりストレッチ	11:45/11:00煎茶道	1:00 尺八同好会 1:30 リサイクル	3:00/水墨・墨彩画 3:30
7	水		10:00 押絵同好会	11:00 ~1:00	1:30 ボランティア 木版画・植物画	3:30 ~3:30
8	木		10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 やさしいヨガ	11:45 ~11:45	1:00 歌謡① 1:30 謡曲同好会	2:40 歌謡② ~3:30
9	金		10:00 オカリナ入門・初級 11:30 オカリナ中級	11:30 ~12:30	1:30 民謡クラブ	~3:30
10	土				12:00 囲碁サロン 1:00 ハンドメイド	5:00 /1:30社交ダンス 同好会3:30
11	日	休 館 日				
12	月	2:00 Higashiの脳トレ②	10:00 フラダンスティアレ	11:00 ~12:00	12:00 囲碁サロン 1:30 大正琴	5:00 /1:00 大正琴 4:00 編物・手芸
13	火	10:00 シニア エクササイズ③ 2:00 年中水分補給の必要性	10:00 百歳体操/11:00百歳体操	11:00 ~11:40	1:30 ふれあい喫茶	とまり木 ~3:30
14	水		10:00 健康体操	11:00 なでしこ ~11:30	1:00 詩吟同好会 1:30 ボランティア	3:30 ~3:30
15	木	1:30 編物・手芸講習会	10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 民謡同好会	11:00 ~12:00	1:00 大正琴 1:30 フラダンスティアレ	4:00 ~3:30
16	金		10:30 遊歌クラブ	11:00 ~12:00	1:30 健康太極拳	同好会 ~3:00
17	土		10:00 大正琴	11:00 ~12:00	12:00 囲碁サロン 1:00 ハンドメイド	5:00 /1:30社交ダンス 同好会3:30
18	日	休 館 日				
19	月		10:00 フォークダンス同好会	11:00 ~12:00	12:00 囲碁サロン 1:30 なつメロ	5:00 ~3:30
20	火		10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 ゆったりストレッチ	11:00 ~11:45	1:00 尺八同好会 1:30 リサイクル	3:00/3:30/水墨・墨彩画 3:30
21	水	1:30 世代間交流 昔遊び手づくりおもちゃ	11:00 ぽのぽの会	12:00 ~13:00	1:30 木版画・植物画	同好会 ~3:30
22	木	1:30 健康づくりリーダー養成講座 (南老人福祉センター)	10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 やさしいヨガ	11:00 ~11:45	1:30 編物・手芸	同好会 ~3:00
23	金		10:00 カラオケ① 11:30 オカリナ入門・初級 11:30 オカリナ中級	12:00 / 11:30 ~12:30	1:30 民謡クラブ	~3:30
24	土				12:00 囲碁サロン 1:00 ハンドメイド	5:00 /1:30社交ダンス 同好会3:30
25	日	休 館 日				
26	月		10:00 フラダンスティアレ	11:00 ~12:00	12:00 囲碁サロン 1:30 民謡同好会	5:00 /1:00 大正琴 4:00 民謡同好会 ~3:00
27	火	2:00 アンパン買を授けよう! ～口舌対策	10:00 百歳体操/11:00百歳体操 歌体操	11:00 ~11:30	1:30 ふれあい喫茶	とまり木 ~3:30
28	水		10:00 健康体操	11:00 なでしこ ~11:30	1:00 詩吟同好会 1:30 カラオケ②	3:30 / ボランティア ~3:30
29	木	1:30 健康づくりリーダー養成講座 お誕生日会	10:00 百歳体操 11:00 百歳体操	10:40 ~11:40		
30	金	終日 希望ヶ丘グランドゴルフ大会				

*教室・行事等の日程は変更される事がありますのでご注意ください。

*気象通報により大阪府に「暴風警報」が発令された時、又は突発的事故発生の場合は当センターの利用を中止することがあります。