



2016 11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	火		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00 10:30 ゆったりストレッチ11:45/11:00考楽社3:00	1:00 尺八同好会~3:00 1:30 リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30			
2	水		10:00 押絵同好会~1:00	1:00 詩吟同好会~3:00 1:30 木版画・植物画3:30/ボランティア3:30			
3	祝日		休館日				
4	金		10:00 民謡クラブ~12:00 10:30 遊歌クラブ~12:00	1:00 俳句同好会~3:30			
5	土		10:30 慰問ボランティア~3:30	12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 大正琴~4:00			
6	日		休館日				
7	月		10:00 フォークダンス同好会~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00			
8	火	文化祭準備	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00	1:00 尺八同好会~3:00			
9	水	文化祭		9日 } 午前10時~午後3時 作品展示・お茶席 10日 } 作品展示・手芸講習会 11日 } 午前10時~午後4時30分 舞台発表 終了時間はめやす 模擬店は9日・10日 午前11時~無くなり次第終			
10	木						
11	金						
12	土						12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会3:30
13	日		休館日				
14	月		10:00 フラダンスティアレ~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:30 フォークダンス3:00/編物・手芸~3:00			
15	火	12:50 自然体験ウォーキング	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00 10:30 ゆったりストレッチ~11:45	1:00 尺八同好会~3:00 1:30 リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30			
16	水		11:00 ほのぼの会~1:00	1:00 詩吟同好会3:00/1:30ボランティア3:30 1:30木版画・植物画同好会~3:30			
17	木		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00 10:30 民謡同好会~12:00	1:30 フラダンスティアレ~3:30			
18	金	8:30 歴史ウォーキング(飛鳥)	10:30 遊歌クラブ~12:00	1:30 健康太極拳同好会~3:00			
19	土		10:00 大正琴~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会~3:30			
20	日		休館日				
21	月		10:00 フォークダンス同好会~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:30 なつメロ同好会~3:30			
22	火	2:00 もっと知ろう大阪城	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00 歌体操~11:30	1:30 ふれあい喫茶とまり木~3:30			
23	祝日		休館日				
24	木		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00 10:30 やさしいヨガ なごみ~11:45	1:00 歌謡①2:40歌謡② 1:30 編物・手芸同好会~3:00			
25	金		10:00 カラオケ①~12:00 / オカリナ入・初~11:30 11:30 オカリナ中級~12:30	1:30 民謡クラブ~3:30			
26	土			12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会~3:30			
27	日		休館日				
28	月		10:00 フラダンスティアレ~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00/1:00 大正琴~4:00 1:30 民謡同好会~3:00			
29	火	10:00 シニア エクササイズ⑧ 2:00 オータムコンサート(アコーディオン)	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~12:00	1:30 ふれあい喫茶とまり木~3:30			
30	水		10:30 やさしいヨガ なごみ~11:45	1:30 健康体操なでしこ~3:00 ボランティア~3:30			

*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。