



# 2017 3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	水			10:00 押絵同好会~1:00	1:30 ボランティア~3:30 木版画・植物画同好会~3:30
2	木			10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 民謡同好会~12:00	1:30 なつメロ同好会~3:30
3	金	12:30	歩こう会(平野郷まち歩き)	10:30 遊歌クラブ~12:00	1:00 俳句同好会~3:30 1:30 健康太極拳同好会~3:00
4	土			10:30 慰問ボランティア~3:30	12:00 囲碁サロン~5:00 1:30 生花同好会~3:30
5	日	<b>休館日</b>			
6	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 書道同好会~3:30
7	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考案社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
8	水	1:30	いきいき講演会(中央会館)	10:00 健康体操なでしこ~11:30	1:00 詩吟同好会~3:30 1:30 ボランティア~3:30
9	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 謡曲同好会~3:30
10	金			10:00 オカリナ入門・初級~11:30 11:30 オカリナ中級~12:30	1:30 民謡クラブ~3:30
11	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
12	日	<b>休館日</b>			
13	月	2:00	交通安全講習会	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 編物・手芸同好会~3:00
14	火	10:00 2:00	シニア エクササイズ⑩ 笑いヨガ	10:00 百歳体操~11:00 11:00 百歳体操~12:00	1:30 ふれあい喫茶とまり木~3:30
15	水			11:00 ほのぼの会~1:00	1:30 ボランティア~3:30 木版画・植物画同好会~3:30
16	木			10:00 百歳体操/11:00百歳体操 10:30 民謡同好会~12:00	1:00 大正琴同好会~4:00 1:30 フラダンスティアレ~3:30
17	金			10:30 遊歌クラブ~12:00	1:30 健康太極拳同好会~3:00
18	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
19	日	<b>休館日</b>			
20	祝日	<b>休館日</b>			
21	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	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
22	水			10:00 健康体操なでしこ~11:30	1:00 詩吟同好会~3:30 1:30 カラオケ②/ ボランティア~3:30
23	木	1:00	寄せ鉢思いのままに (園芸講習会)	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	1:30 編物・手芸同好会~3:00
24	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
25	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
26	日	<b>休館日</b>			
27	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~3:0
28	火	2:00	みんなで踊ろう! フォークダンス	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
29	水			10:00 フォークダンス同好会~12:00	1:30 ボランティア~3:30
30	木	2:00	Higashiの脳トレ⑧	10:00 百歳体操~11:00 11:00 百歳体操~12:00	
31	金	1:30	お誕生会		

\*教室・行事等の日程を変更す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。