



2016 7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	金		10:30	遊歌クラブ～12:00	1:00	俳句同好会～3:30 健康太極拳同好会～3:00	
2	土		10:30	慰問ボランティア～3:30	12:00	囲碁サロン～5:00 大正琴～4:00/1:30生花同好会～3:30	
3	日	休館日					
4	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	
5	火		10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:00	尺八同好会～3:00	
			10:30	ゆったりストレッチ11:45/11:00考案社3:00	1:30	リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30	
6	水		10:00	押絵同好会～1:00	1:30	木版画・はがき絵同好会～3:30 ボランティア～3:30	
7	木	2:00	交通安全講習会	10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00		
				10:30	民謡同好会～12:00		
8	金		10:00	オカリナ入門・初級～11:30	1:30	民謡クラブ～3:30	
			11:30	オカリナ中級～12:30			
9	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	
10	日	休館日					
11	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	編物・手芸～3:00/なつメロ～3:30	
12	火	10:00	シニア エクササイズ④	10:00	百歳体操～11:00	1:30	ふれあい喫茶とまり木～3:30
		2:00	夏を奏でるオーケストラ	11:00	百歳体操～12:00		
13	水		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	
14	木		10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:00	歌謡①2:40歌謡②	
			10:30	やさしいヨガ なごみ～11:45	1:30	謡曲同好会～3:30	
15	金		10:30	遊歌クラブ～12:00	1:30	健康太極拳同好会～3:00	
16	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	
17	日	休館日					
18	祝日	休館日					
19	火		10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:00	尺八同好会～3:00	
			10:30	ゆったりストレッチ～11:45	1:30	リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30	
20	水	2:00	Higashiの脳トレ③	11:00	ほのぼの会～1:00	1:30	ボランティア～3:30 木版画・はがき絵同好会～3:30
21	木		10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:30	フラダンスティアレ～3:30	
			10:30	民謡同好会～12:00			
22	金		10:00	カラオケ①～12:00 / オカリナ入・初～11:30	1:30	民謡クラブ～3:30	
			11:30	オカリナ中級～12:30			
23	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	
24	日	休館日					
25	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	民謡同好会～3:00	
26	火	2:00	漢字の成り立ちを学んでみよう!	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
						歌体操～11:30	
27	水		10:00	詩吟同好会 ゆかた会～3:30			
28	木		10:00	民謡同好会 ゆかた会～3:30			
29	金	10:00	中央区囲碁将棋大会 (南老人センター)	10:00	民謡同好会 ゆかた会～3:30		
30	土				12:00	囲碁サロン～5:00	
					1:30	社交ダンス同好会～3:30	
31	日	休館日					

*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、又は突発的の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。