



# 2016 8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	月		10:00	フォークダンス同好会～12:00 12:00 囲碁サロン～5:00
2	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
3	水		10:00	押絵同好会～1:00
4	木	12:00 納涼盆踊大会		
5	金		10:00 詩吟同好会～12:30 10:30 遊歌クラブ～12:00	1:30 健康太極拳同好会～3:00
6	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～4:00/1:30生花同好会～3:30
7	日	<b>休館日</b>		
8	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/カラオケ②～3:30
9	火	10:00 シニアエクササイズ⑤ 1:30 笑福亭松鶴と一門	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
10	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
11	祝日	<b>休館日</b>		
12	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
13	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
14	日	<b>休館日</b>		
15	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
16	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
17	水	2:00 介護予防教室	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
18	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
19	金		10:30	遊歌クラブ～12:00 1:30 健康太極拳同好会～3:00
20	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
21	日	<b>休館日</b>		
22	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
23	火	2:00 あなたの血管年齢は何歳?	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
24	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
25	木	2:00 Higashiの脳トレ④	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
26	金	1:30 介護予防ポイント 事業登録時研修会	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
27	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
28	日	<b>休館日</b>		
29	月	10:30 講師懇談会 1:30 幹事会		12:00 囲碁サロン～5:00
30	火	1:30 おもしろ落語講座とタオル体操 (南老人福祉センター)	10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00 フォークダンス同好会～12:00 1:00 歌謡①2:40歌謡②
31	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	1:30 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。