

中央区南老人福祉センター 3月予定表

日	月	火	水	木	金	土
休館日	※センター利用は市内在住60歳以上の方が対象になります。 「囲碁・将棋ひろば」月～土曜日 13:00～16:45開催中! (行事によっては開催できない日があります) 「休館日」日曜日・祝日・国民の休日・年末年始 ※大阪市に暴風警報が発令された場合は臨時休館とします。		1	2	3	4
			10:00 謡曲 10:30 シニアいきいき遊び	11:00 水墨A	10:00 フォークダンス 10:00 オカリナ教室 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C	13:00 絵画 13:00 コーラス
休館日	6	7	8	9	10	11
	10:00 スクエアダンス 12:00 卓球ひろばA 13:15 大正琴A 14:00 卓球ひろばB 15:15 大正琴B	10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:30 健康の～びのび体操 13:30 手芸 13:30 着付け	10:30 リズムストレッチ体操 13:00 絵画 13:30 民踊 13:30 中央会館 於 いきいき講演会	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨C 14:00 水墨D 14:00 箏曲	10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 民謡 14:00 書道	10:00 尺八A 12:00 カラオケ
休館日	13	14	15	16	17	18
	10:00 太極拳 12:00 卓球ひろばA 13:30 社交ダンスひろば 14:00 卓球ひろばB	10:00 百歳体操A 10:00 中央会館 於 交通安全講習会 10:15 中央会館 於 童謡ひろば 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 フラダンス	10:00 介護予防教室 13:00 絵画 13:00 コーラス	13:00 歌謡A 13:30 俳句 14:40 歌謡B	10:00 フォークダンス 10:00 オカリナ教室 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 詩吟	12:00 カラオケ
休館日	20	21	22	23	24	25
	春分の日	10:00 百歳体操A 10:00 スクエアダンス 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:30 手芸 13:30 民踊研究会	10:30 リズムストレッチ体操 13:30 民踊	10:30 ヨガ教室 14:00 箏曲	10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 民謡 14:00 書道	10:00 尺八B おもしろ健康教室 13:30
休館日	27	28	29	30	31	
	10:00 太極拳 13:15 大正琴A 13:30 社交ダンスひろば 15:15 大正琴B	10:00 百歳体操A 10:30 刺繍A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 フラダンス 13:30 着付け 13:30 刺繍B	13:30 リンパマッサージ	認知症予防 音楽ケア体操	10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 民謡	