

中央区南老人福祉センター 8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	10:00 スクエアダンス	10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	10:00 謡曲 10:30 シニアいきいき遊び	11:00 水墨A	10:00 オカリナづくりと 演奏講習会 10:00 フォークダンス 10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	
	12:00 卓球ひろばA 14:00 卓球ひろばB	13:30 手芸 13:30 健康の〜びのび体操 13:30 着付け	13:00 絵画 13:00 コーラス	13:00 歌謡A 14:00 水墨B 14:40 歌謡B	13:00 詩吟	12:00 カラオケ
7	8	9	10	11	12	13
休館日	10:00 太極拳	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 10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	10:30 リズムストレッチ体操	山の日	10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	10:00 尺八A
	12:00 卓球Aひろば 13:30 社交ダンスひろば 14:00 卓球Bひろば	13:00 フラダンス 14:00 書道	13:00 絵画 13:30 民踊		12:00 カラオケ	
14	15	16	17	18	19	20
休館日		10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	10:00 介護予防教室	10:30 ヨガ教室	10:00 オカリナづくりと 演奏講習会 10:00 フォークダンス 10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	
	12:00 卓球Aひろば 13:30 社交ダンスひろば 14:00 卓球Bひろば	13:30 民踊研究会	13:00 絵画 13:30 スマートフォン教室	13:00 歌謡A 13:30 俳句 14:40 歌謡B	13:00 詩吟	12:00 カラオケ
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:00 太極拳	10:30 百歳体操A 10:30 刺繍A 11:10 百歳体操B	10:30 リズムストレッチ体操	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨C	10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B	10:00 尺八B
	13:30 社交ダンスひろば (2F)	13:00 フラダンス 13:30 刺繍B 13:30 着付け	13:30 民踊	13:30 スマートフォン教室 14:00 水墨D 14:00 箏曲	13:00 民謡 14:00 書道	13:30 おもしろ健康教室
28	29	30	31	※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。		
休館日	10:00 スクエアダンス	10:30 百歳体操A 11:10 百歳体操B				
	12:00 卓球Aひろば 14:00 卓球Bひろば	13:30 おもしろ落語講座とタオル体操	13:00 コーラス			