



2018

2月

中央区東老人福祉センター



日	月	火	水	木	金	土		
<p>同好会紹介 歌体操 (輝くバラの会) 講師：梶山 良子 先生 内容：歌いながら体操します 定例日：第4火曜日 時間：午前10時～11時30分 会費：月200円 (6ヶ月ごと)</p> 		1	2	3				
4	5	6	7	8	9	10		
休館日	10:00 フォークダンス	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 ゆったりストレッチ	10:00 押絵同好会	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 やさしいヨガなごみ	10:00 オカリナ入門・初級 11:00 オカリナ中級			
	12:00 囲碁サロン	11:00 煎茶道	13:30 木版画・植物画	12:00 謡曲同好会	13:30 民謡クラブ	12:00 囲碁サロン		
	13:00 大正琴	13:00 尺八同好会	13:30 ボランティア	13:00 歌謡①		13:00 ハンドメイドひよこ		
	13:30 書道同好会	13:30 リサイクルクラブ 13:30 水墨画・墨彩画		14:40 歌謡②		13:30 社交ダンス		
11	12	13	14	15	16	17		
休館日	休館日	10:00 シニアエクササイズ⑩ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 とまり木(ふれあい喫茶) 14:00 骨・カルシウムセミナー 14:00 歌謡舞踊講習会	10:00 健康体操なでしこ 13:00 詩吟同好会 13:30 ボランティア	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民謡同好会 13:30 フラダンスティアレ	10:30 遊歌クラブ 13:30 健康太極拳	10:00 大正琴 12:00 囲碁サロン 13:00 ハンドメイドひよこ 13:30 社交ダンス		
		18	19	20	21	22	23	24
		休館日	10:00 フォークダンス	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 ゆったりストレッチ	11:00 ほのぼの会	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 やさしいヨガなごみ	10:00 カラオケ同好会① 10:00 オカリナ入門・初級 11:00 オカリナ中級	
			12:00 囲碁サロン	13:00 尺八同好会	13:30 ボランティア	13:00 詩吟同好会	13:30 民謡クラブ	12:00 囲碁サロン
13:00 大正琴	13:30 リサイクルクラブ		13:30 木版画・植物画	13:00 大正琴		13:00 ハンドメイドひよこ		
13:30 なつメロ	13:30 水墨画・墨彩画		東健康教室 (在宅医療講演会④)	Higashiの脳トレ⑦	14:00 今後の不安 まとめて相談	13:30 社交ダンス		
25	26	27	28	<p>同好会紹介 書道同好会 講師：向井 松紫 先生 定例日：第1月曜日 時間：午後13時30分～15時30分 会費：3ヶ月2,000円 (3ヶ月ごと)</p> 				
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 歌体操 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 とまり木(ふれあい喫茶) 13:30 演芸発表会	10:00 健康体操なでしこ 13:30 カラオケ同好会② 13:30 ボランティア					

*教室・行事等の日程が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。