



2016 6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	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
2	木			10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00		
				10:30	民踊同好会～12:00		
3	金	1:30	歴史ウォーキング②	10:30	遊歌クラブ～12:00	1:00	俳句同好会～3:30
						1:30	健康太極拳同好会～3:00
4	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
5	日	休館日					
6	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
7	火	終日	日帰りバスツアー	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
8	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
9	木	1:30	ウォーキングリーダー養成講座 (東老人福祉センター)	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
10	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		
11	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
12	日	休館日					
13	月	2:00	Higashiの脳トレ②	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
14	火	10:00 2:00	シニア エクササイズ③ 笑いヨガ	10:00	百歳体操～11:00	1:30	ふれあい喫茶とまり木～3:30
				11:00	百歳体操～12:00		
15	水	1:30	世代間交流 昔遊び手づくりおもちゃ	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
16	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	民踊同好会～12:00		
17	金			10:30	遊歌クラブ～12:00	1:30	健康太極拳同好会～3:00
18	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
19	日	休館日					
20	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
21	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
22	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
23	木			10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:30	編物・手芸同好会～3:00
				10:30	やさしいヨガなごみ～11:45		
24	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		
25	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
26	日	休館日					
27	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	民踊同好会～3:00
28	火	1:30	遺品整理の現場から	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		
29	水			10:30	やさしいヨガ なごみ～11:45	1:30	体操なでしこ～3:00
							ボランティア～3:30
30	木	1:30	お誕生会	10:00	百歳体操～11:00		
				11:00	百歳体操～12:00		

*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。