

中央区南老人福祉センター12月予定表

日	月	火	水	木	金	土		
	<p>「囲碁将棋広場」 月曜～土曜日 13:00～16:45 席数: 棋盤3面・碁盤3面(12席6面) 来館者多数の場合、席数増やせます。</p> <p>参加費無料!</p> 	<p>世代間交流 将棋体験 王将 龍王 歩兵</p> <p>小学生に将棋を教える ボランティア募集中! 日時: 12月9日(土)13:00～15:00 場所: 中央区子ども・子育てプラザ(当センター併設) ※申込問合せは、当センター窓口まで</p> 		<p>1 10:00 オカリナ 10:00 フォークダンス 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 13:30 メイクセミナー</p>	<p>2 12:00 カラオケ 13:00 おもちゃ病院</p>			
3	4	5	6	7	8	9		
休館日	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 11:20 健康の～びのび体操 13:30 手芸 13:30 着付け	10:00 謡曲 10:30 シニアいきいき遊び 13:00 コーラス 13:00 絵画(自習)	11:00 水墨A 13:00 歌謡A 14:00 水墨B 14:40 歌謡B	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 13:00 世代間交流 将棋体験		
	10	11	12	13	14	15		
	休館日	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 中央会館 於 防火講習会 中央会館 於 童謡ひろば 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 刺繍B	10:30 リズムストレッチ 13:00 絵画	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨C 13:00 民謡 14:00 水墨D 14:00 箏曲	10:00 オカリナ 10:00 フォークダンス 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 13:30 歴史ウォーキング 13:30 民謡	12:00 カラオケ	
		17	18	19	20	21	22	
		休館日	10:00 スクエアダンス 12:00 卓球ひろばA 13:15 大正琴A 13:30 社交ダンスひろば 14:00 卓球ひろばB 15:15 大正琴B	10:00 スマートフォン教室 10:00 百歳体操A 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:30 手芸 13:30 民研	10:00 介護予防教室 13:00 絵画(自習) 13:00 コーラス	13:00 歌謡A 13:30 俳句 14:40 歌謡B 14:00 箏曲	10:00 百歳体操A 10:00 オカリナ 10:40 百歳体操B 11:20 百歳体操C 13:00 民謡 14:00 書道	休館日
24			25	26	27	28	29	
休館日			10:00 太極拳 13:30 社交ダンスひろば(2F) 13:30 おもしろ健康教室	10:00 スマートフォン教室 10:00 尺八B 10:00 百歳体操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	10:30 リズムストレッチ	10:30 ヨガ教室	休館日	休館日
	31		<p>頭の体操 数独にチャレンジ!! ★挑戦される方は名簿にお名前を書いて一日一枚お持ち帰りください。 ★答えは次回のプリントの裏に掲載します。</p> <p>一日一問!</p> 		<p>「ピンポン広場」</p>  <p>上記カレンダーのマークの日 午前10:00～12:00(午後～サークル使用日は11:00まで) 午後13:00～16:00 ※使用希望の場合は、事前に当センターに確認ください。 (TEL 06-6213-2172)</p>			