



# 2017 2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	1:00	詩吟同好会～3:30
			1:30		1:30	木版画・植物/ボランティア～3:30
2	木	10:00 手作りの部屋	10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00		
			10:30	民謡同好会～12:00		
3	金		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
					1:30	生花同好会～3:30
5	日	<b>休 館 日</b>				
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		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		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		
			11:30	オカリナ中級～12:30	1:30	民謡クラブ～3:30
11	土	<b>休 館 日</b>				
12	日	<b>休 館 日</b>				
13	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	編物・手芸～3:00
14	火	10:00 シニア エクササイズ⑪ 2:00 みんなで踊ろう阿波踊り	10:00	百歳体操～11:00		
			11:00	百歳体操～12:00	1:30	ふれあい喫茶とまり木～3:30
15	水	2:00 東健康教室 (在宅医療講演会④)	11:00	ほのぼの会～1:00	1:30	ボランティア～3:30
					1:30	木版画・植物画同好会～3:30
16	木		10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00	1:00	大正琴～4:00
			10:30	民謡同好会～12:00	1:30	フラダンスティアレ～3:30
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	<b>休 館 日</b>				
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	2:00 Higashiの脳トレ⑦	10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00		
			10:30	やさしいヨガなごみ～11:45	1:30	編物・手芸同好会～3:00
24	金		10:00	カラオケ①～12:00 / オカリナ入・初～11:30		
			11:30	オカリナ中級～12:30	1:30	民謡クラブ～3:30
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	<b>休 館 日</b>				
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	民謡同好会～3:00
28	火	1:30 演芸発表会	10:00	百歳体操/11:00百歳体操～12:00		
				歌体操～11:30	1:30	ふれあい喫茶とまり木～3:30

\*教室・行事等の日程を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。