

中央区南老人福祉センター 7月予定表

日	月	火	水	木	金	土	
	<p>※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。</p> <p>「囲碁・将棋ひろば」 月～土曜日</p> <p>13:00～16:45開催中!</p> <p>(行事によっては開催できない日があります)</p> <p>「利用時間」 10:00～17:00</p>					<p>1</p> <p>8:15 グランドゴルフ オカリナづくりと 演奏講習会</p> <p>10:00 フォークダンス</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:00 詩吟</p>	<p>2</p> <p>12:00 カラオケ</p>
3 休 館 日	<p>4</p> <p>10:00 スクエアダンス</p> <p>12:00 卓球ひろばA</p> <p>13:15 大正琴A</p> <p>14:00 卓球ひろばB</p> <p>15:15 大正琴B</p>	<p>5</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:30 手芸</p> <p>13:30 健康の～びのび体操</p> <p>13:30 着付け</p>	<p>6</p> <p>10:00 謡曲</p> <p>10:30 ソニアいきいき遊び</p> <p>13:00 絵画</p> <p>13:00 コーラス</p>	<p>7</p> <p>11:00 水墨A</p> <p>13:00 歌謡A</p> <p>14:00 水墨B</p> <p>14:40 歌謡B</p>	<p>8</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:00 民謡</p> <p>14:00 書道</p>	<p>9</p> <p>10:00 尺八A</p> <p>11:00 カラオケ</p>	
10 休 館 日	<p>11</p> <p>10:00 太極拳</p> <p>12:00 卓球Aひろば</p> <p>14:00 卓球Bひろば</p> <p>13:30 社交ダンスひろば</p>	<p>12</p> <p>中央会館 於 10:00 ゴミの分別 中央会館 於 10:15 童謡ひろば</p> <p>10:00 民謡</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:00 フラダンス</p>	<p>13</p> <p>10:30 リズムストレッチ体操</p> <p>13:00 絵画</p> <p>13:30 民踊</p>	<p>14</p> <p>10:30 ヨガ教室</p> <p>11:00 水墨C</p> <p>14:00 水墨D</p> <p>14:00 箏曲</p>	<p>15</p> <p>オカリナづくりと 演奏講習会</p> <p>10:00 フォークダンス</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:00 詩吟</p>	<p>16</p> <p>10:00 サマーフェスティバル</p>	
17 休 館 日	<p>18</p> <p>海の日</p>	<p>19</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:30 手芸</p> <p>13:30 民踊研究会</p>	<p>20</p> <p>10:00 介護予防教室</p> <p>13:00 絵画</p> <p>13:00 コーラス</p>	<p>21</p> <p>13:00 歌謡A</p> <p>13:30 俳句</p> <p>14:40 歌謡B</p>	<p>22</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:30 水分補給について</p> <p>14:00 書道</p>	<p>23</p> <p>10:00 尺八B</p> <p>13:30 おもしろ健康教室</p>	
24 休 館 日	<p>25</p> <p>10:00 太極拳</p> <p>13:30 社交ダンスひろば (2F)</p>	<p>26</p> <p>10:00 スクエアダンス</p> <p>10:30 刺繍A</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p> <p>13:00 フラダンス</p> <p>13:30 刺繍B</p> <p>13:30 着付け</p>	<p>27</p> <p>10:30 リズムストレッチ体操</p> <p>13:30 民踊</p>	<p>28</p> <p>10:30 ヨガ教室</p> <p>14:00 箏曲</p>	<p>29</p> <p>10:00 囲碁将棋大会</p> <p>10:30 百歳体操A</p> <p>11:10 百歳体操B</p>	<p>30</p> <p>12:00 カラオケ</p>	
31 休 館 日	<p>「休館日」 日曜日・祝日・国民の休日・年末年始</p> <p>※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。</p>						