



2018 1月

中央区東老人福祉センター



日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会	5 10:30 遊歌クラブ 13:30 健康太極拳	6 10:30 慰問ボランティア 12:00 囲碁サロン
7 休館日	8 休館日	9 シニア 10:00 エクササイズ⑩ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 歌謡舞踊講習会	10 11:00 新年お祝い会	11 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 13:00 歌謡① 14:40 歌謡② 13:30 謡曲同好会	12 10:00 オカリナ入門・初級 11:00 オカリナ中級 13:00 俳句同好会 13:30 民謡クラブ	13 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
14 休館日	15 10:00 フォークダンス 10:00 押絵同好会 12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴 13:00 書道同好会 13:30 なつメロ	16 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 煎茶道 13:00 尺八同好会 13:30 リサイクルクラブ 13:30 水墨画・墨彩画	17 11:00 ほのぼの会 13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア 14:00 東健康教室 (在宅医療講演会③)	18 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会 13:00 大正琴 13:30 フラダンス ティアレ	19 10:30 遊歌クラブ 13:30 健康太極拳	20 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
21 休館日	22 10:00 フラダンス ティアレ 12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴 13:30 民踊同好会	23 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) みんなで踊ろう 阿波踊り 14:00 歌謡舞踊講習会	24 10:00 健康体操 なでしこ 13:00 詩吟同好会 13:30 カラオケ同好会② 13:30 ボランティア	25 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 14:00 Higashiの 脳トレ⑥	26 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 13:30 民謡クラブ	27 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
28 休館日	29 10:00 フォーク ダンス 12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴 13:30 フラダンス ティアレ	30 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 尺八同好会 14:00 笑いヨガ	31 10:00 健康体操 なでしこ 10:30 ゆったり ストレッチ 13:00 詩吟同好会 13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア	 <h2 style="text-align: center;">同好会紹介 生花同好会</h2> <p style="text-align: center;"> 講師：新居 哲甫 先生 内容：未生流大阪 定例日：第1土曜日 時間：午後1時30分～3時30分 </p> 		

*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。