



2018 10月



中央区東老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日	10:00 フォークダンス	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	10:00 押絵同好会	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会	10:30 遊歌クラブ	10:30 慰問ボランティア
	12:00 囲碁サロン	11:00 煎茶道	13:30 木版画・植物画	13:00 第2回文化祭実行委員会	13:00 俳句同好会	12:00 囲碁サロン
	13:00 書道同好会	13:00 尺八同好会 13:30 水墨画・墨彩画 13:30 リサイクルクラブ	13:30 ボランティア		13:30 健康太極拳	13:30 生花同好会
7	8	9	10	11	12	13
休館日	休館日	10:00 シニアエクササイズ⑦ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 健康体操 なでしこ	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	10:00 オカリナ入門・初級 11:30 オカリナ中級	
		13:00 歌謡舞踊(女舞) 14:30 歌謡舞踊(男舞)	13:00 詩吟同好会	13:00 歌謡①	13:30 民謡クラブ	12:00 囲碁サロン
		13:30 とまり木 (ふれあい喫茶) 14:00 オータムコンサート	13:30 ボランティア	14:40 歌謡②	13:00 歴史ウォーキング③	13:30 ハンドメイド ひよこ
14	15	16	17	18	19	20
休館日	10:00 フォークダンス	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	10:00 押絵同好会 11:00 ほのぼの会	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会	10:00 料理教室 (保健福祉センター) 10:30 遊歌クラブ	10:00 大正琴
	12:00 囲碁サロン	13:00 尺八同好会	13:30 木版画・植物画	13:00 大正琴		12:00 囲碁サロン
	13:30 なつメロ	13:30 水墨画・墨彩画 13:30 リサイクルクラブ	13:30 ボランティア 14:00 東健康教室 (在宅医療講演会②)	13:00 歌謡舞踊(女舞) 14:30 歌謡舞踊(男舞) 13:30 フラダンス ティアレ		13:30 ハンドメイド ひよこ 13:30 社交ダンス
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:00 フラダンス ティアレ	10:00 歌体操 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 健康体操 なでしこ	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	10:00 カラオケ① 10:00 オカリナ入門・初級 11:30 オカリナ中級	
	12:00 囲碁サロン	13:30 とまり木 (ふれあい喫茶)	13:00 詩吟同好会		13:30 健康太極拳	12:00 囲碁サロン
	13:00 大正琴 13:30 民踊同好会	14:00 歌謡舞踊 ショー	13:00 カラオケ② 13:30 ボランティア		13:30 民謡クラブ	13:30 ハンドメイド ひよこ 13:30 社交ダンス
28	29	30	31			
休館日	10:00 フォークダンス	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	11:00 いきいき発表会 (中央会館)			
	12:00 囲碁サロン		13:30 ボランティア			

*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。