




2018 11月



中央区東老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">同好会紹介</p> <h2 style="text-align: center;">健康太極拳同好会</h2> <p>講師：仁歩 和代 先生 内容：日本健康太極拳協会 定例日：第1・3金曜日 午後1時30分～3時 会費：月1,000円（3ヶ月ごと）</p>  </div>				10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会	10:00 オカリナ入門・初級 11:00 オカリナ中級 10:00 民謡クラブ 10:30 遊歌クラブ 13:00 俳句同好会 13:30 健康太極拳	(祝休館日)
4	5	6	7	8	9	10
休館日	10:00 フォークダンス 12:00 囲碁サロン 13:00 書道同好会 13:00 大正琴	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 水墨画・墨彩画 13:30 リサイクルクラブ	文化祭準備	<div style="text-align: center; background-color: #ADD8E6; padding: 5px;">文化祭</div> 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 作品展 8日 午前10時～午後3時 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> お茶席 8日 午前10時～午後2時30分 </div> 13:30 謡曲	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;">発表会</div> 9日 午前10時～午後4時30分	10:30 慰問ボランティア 12:00 囲碁サロン 13:30 ハンドメイド ひよこ 13:30 社交ダンス
	11	12	13	14	15	16
休館日	10:00 フラダンス ティアレ 12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴	10:00 シニアエクササイズ ⑧ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 歌謡舞踊(女舞) 13:30 歌謡舞踊(男舞) 13:30 とまり木 (ふれあい喫茶) 14:00 あなたの魅力を引き出す四葉のクローバー	10:00 健康体操 なでしこ 13:00 詩吟同好会 13:30 ボランティア 13:30 木版画・植物画	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 13:30 スマートフォン教室<<基礎編>>	9:00 歴史ウォーキング ④ 10:00 オカリナ入門・初級 11:00 オカリナ中級 10:30 遊歌クラブ 13:30 健康太極拳 14:00 第4回 今後の不安 まとめて相談	10:00 大正琴 12:00 囲碁サロン 13:30 ハンドメイド ひよこ 13:30 社交ダンス
	18	19	20	21	22	23
休館日	10:00 フォークダンス 12:00 囲碁サロン 13:30 なつメロ 13:00 大正琴	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 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	11:00 ほのぼの会 13:30 ボランティア 13:30 木版画・植物画 14:00 東健康教室 <small>(在宅医療講演会③)</small>	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 13:30 スマートフォン教室<<応用編>>	(祝休館日)	12:00 囲碁サロン 13:30 ハンドメイド ひよこ 13:30 社交ダンス
	25	26	27	28	29	30
休館日	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	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) 14:00 秋を奏でるオーケストラコンサート	10:00 健康体操 なでしこ 13:00 詩吟同好会 13:00 カラオケ② 13:30 ボランティア	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 歌謡舞踊(女舞) 13:30 歌謡舞踊(男舞)		

*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。