



2018 6月

中央区東老人福祉センター



日	月	火	水	木	金	土
同好会紹介 俳句同好会 講師：久保青浪先生 定例日：第1金曜日 時間：午後1時～3時30分 会費：月1,000円(3ヶ月ごと) 当季雑詠五句、景色や生活のことを自由に五、七、五に詠みます。 お喋りもして・・・楽しく・・・ 見学者歓迎!					1	2
					10:30 遊歌クラブ	10:30 慰問ボランティア
					13:00 俳句同好会	12:00 囲碁サロン
					13:30 健康太極拳	13:30 生花同好会
					13:30 笑いと健康体操(中央会館)	
3	4	5	6	7	8	9
休館日	10:00 フォークダンス	終日 日帰りバスツアー 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	10:00 オカリナ入門・初級 11:30 オカリナ中級	
	12:00 囲碁サロン 13:00 書道同好会	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	13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア		13:30 民謡クラブ	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
10	11	12	13	14	15	16
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 シニアエクササイズ③ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 歌謡舞踊(女舞) 14:30 歌謡舞踊(男舞)	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	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 謡曲同好会 13:00 歌謡① 14:40 歌謡② 13:00 歴史ウォーキング②	10:30 遊歌クラブ 13:30 健康太極拳	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
	12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴 14:00 Higashiの脳トレ②	13:30 とまり木(ふれあい喫茶) 14:00 年中水分補給の必要性について				
17	18	19	20	21	22	23
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	11:00 ほんのぼの会 13:30 ボランティア	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 10:30 民踊同好会	10:00 カラオケ同好会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 なつメロ	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	13:30 木版画・植物画 13:30 世代間交流会 ウォーキングリーダー養成講座(南老人センター)	13:00 大正琴 13:30 フラダンスティアレ	13:30 民謡クラブ	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
24	25	26	27	28	29	30
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 歌体操 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 歌謡舞踊(女舞) 14:30 歌謡舞踊(男舞)	10:00 健康体操なでしこ 13:00 詩吟同好会 13:00 カラオケ同好会② 13:30 ボランティア	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 お誕生会 ウォーキングリーダー養成講座(南老人センター)	終日 こぞまの森グラウンドゴルフ大会	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
	12:00 囲碁サロン 13:00 大正琴 13:30 民踊同好会	13:30 とまり木(ふれあい喫茶) 14:00 聞こえのお話				

*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。