



2017 8月



中央区東老人福祉センター

日	曜日	行 事	教 室 ・ 同 好 会			
			午 前		午 後	
1	火		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 10:30 ゆったりストレッチ11:45/11:00煎茶道3:00	1:00 尺八同好会~3:00 1:30 リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30		
2	水		10:00 押絵同好会~1:00	1:30 ボランティア~3:30 木版画・植物画同好会~3:30		
3	木	12:00 納涼盆踊大会	10:00 百歳体操~10:40 11:00 百歳体操~11:40			
4	金		10:00 12:30 10:30	1:30 健康太極拳同好会~3:00 民謡クラブ~3:30		
5	土		10:30 慰問ボランティア~3:30	12:00 囲碁サロン~5:00 1:30 生花同好会~3:30		
6	日	休 館 日				
7	月			12:00 囲碁サロン~5:00		
8	火	10:00 シニアエクササイズ⑤ 2:00 ジャズダンスエクササイズ	10:00 百歳体操~10:40 11:00 百歳体操~11:40	1:30 ふれあい喫茶とまり木~3:30		
9	水		10:00 健康体操なでしこ~11:30	1:00 詩吟同好会~3:30 1:30 ボランティア~3:30		
10	木		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 10:30 やさしいヨガ なごみ~11:45	1:00 歌謡①2:40歌謡② 1:30 謡曲同好会~3:30		
11	金	休 館 日				
12	土			12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会3:30		
13	日	休 館 日				
14	月		10:00 フラダンスティアレ~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00/1:00大正琴~4:00 1:30 織物・手芸同好会~3:00		
15	火		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 10:30 ゆったりストレッチ~11:45	1:00 尺八同好会~3:00 1:30 リサイクル3:30/水墨・墨彩画3:30		
16	水	1:30 介護予防教室	11:00 ほのぼの会~1:00	1:30 ボランティア~3:30 木版画・植物画同好会~3:30		
17	木		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 10:30 民謡同好会~12:00	1:00 大正琴~4:00 1:30 フラダンスティアレ~3:30		
18	金		10:30 遊歌クラブ~12:00	1:30 健康太極拳同好会~3:00		
19	土		10:00 大正琴~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会3:30		
20	日	休 館 日				
21	月		10:00 フォークダンス同好会~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:30 なつメモ同好会~3:30		
22	火	2:00 聞こえのお話	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 歌体操~11:30	1:30 ふれあい喫茶とまり木~3:30		
23	水		10:00 健康体操なでしこ~11:30	1:00 詩吟同好会~3:30 1:30 カラオケ②/ ボランティア~3:30		
24	木	2:00 Higashiの脳トレ④	10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 10:30 やさしいヨガなごみ~11:45	1:30 編物・手芸同好会~3:00		
25	金	1:30 スマートフォン教室	10:00 カラオケ①~12:00 / オカリナ入・初~11:30 11:30 オカリナ中級~12:30	1:30 民謡クラブ~3:30		
26	土			12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 ハンドメイド/1:30社交ダンス同好会3:30		
27	日	休 館 日				
28	月		10:00 フラダンスティアレ~12:00	12:00 囲碁サロン~5:00 1:00 大正琴4:00/1:30民謡同好会3:00		
29	火		10:00 百歳体操/11:00百歳体操~11:40 フォークダンス同好会~12:00	1:30 カラオケ同好会①~3:30		
30	水		10:30 やさしいヨガなごみ~11:45	1:30 カラオケ同好会②~3:30		
31	木	10:30 講師懇談会 1:30 幹事会	10:00 百歳体操~10:40 11:00 百歳体操~11:40	1:30 ボランティア~3:30		

*教室・行事等の日程は変更され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中止することがあります。

