

北老人福祉センター予定表



☎ 492-8845 お問合せは9時~5時まで(日・祝・年末年始除く)

8 のまた・京都	ポイント」5ポイン	ポイント」5ポイント対象です。 しんん			個性でファーブ足衣			△ 472-0045 お问合では7时~5时ま((ロ·杭·井木平始除\)					
ENGOVORU	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
H	(同)・・同好会(サ	ークル)、入会方法	はお問合せ下さい		予定表の見る	5	1日	(木)	2日	(金)	3日((土)	
	◆印・・登録制、ほ	申込み方法はお問合	せ下さい	●講師や指導	- 学者等の判断で中止とした事		やわらか頭教室	◆卓球S②	楽しい体操(同)A	ゆかいな運動(同)	◆卓球S①	◆卓球D①	
トール		ですが、初回に登録	が必要です	OHISPI VIII	THE COLL		A 9:30~10:30		①10:00~10:45				
楽室	☆印・・申込みがり ★印・・申込みはり			●由止としが	と事業枠に他の事業を入れる	5場合 0000	B 10:45~11:45	1:00~4:00	<u>②11:00~11:45</u> 色えんぴつ画(同)3組	1:30~3:00 ●囲碁将棋	9:00~11:30	1:00~4:00	
西	其中。。中区(MR)	119 A E 70		● + 正 C07	こ 事来行に 心の事来を入れる	[ソングフレンズ	10:00~12:00	1:00~4:30		1:00~4:30	
楽室			引、次回は9月に募集			A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH		煌ぎ(同)		●囲碁将棋	紫野アルタークラブ	カラオケ(同)	
東			別、次回は9月に募集	健康ポイ	ント手帳2021	NEW!				1:00~4:30			
養室	1 ノダーハル選歩	・・3ケ月母の甲込市	別、次回募集は調整中				雑学クラブ(同)6期		色えんぴつ画(同)2組	色えんぴつ画(同)1組	★ぬり絵	●囲碁将棋	
	Ja Am	(I)		新しい手帳を	日々の健康管理に		10:00~12:00 キタエちゃん体操	1:00~3:00	10:00~12:00	1:00~3:00	10:00~12:00	1:00~4:30	
の他					ご活用ください!		インターバル速歩® A						
日	5日(月) 6日((火) 7日(水)			11:00~11:40 8日	(木)	O P	(金)	10日	(±)	
н	20	メカノ 男の体操(同)	ハーモニカ(同)	健康レクリエー	『□ フレッシュダンス(同)		やわらか頭教室		911		ТОЦ	<u> </u>	
ール	◆卓球D②	 	◆卓球D①	健康レグリエー ション(同)	①10:00~10:50	◆卓球S①	A 9:30~10:30	◆卓球D②	◆卓球S①	太極拳(同)24式	◆卓球S②	◆卓球D①	
	9:00~11:30 うたごえ(同)	@2:30~3:15		1:30~3:00	@11:00~11:50	1:00~4:00	B 10:45~11:45	1:00~4:00	9:00~11:30	1:30~2:40	9:00~11:30	1:00~4:00	
楽室 西	<u>ったこえ(何)</u> ☆100歳になっても	●囲碁将棋	KITARO ハッスルマッスル	●囲碁将棋	A 5 5 5 11 15	KITARO ハッスルマッスル	健康ストレッチ	☆健康スタンプラ	 健康ヨガ(同)金	●囲碁将棋	◆盆ダンス	●囲碁将棋	
楽室	いきいき過ごせる	1:00~4:30 なつメロ(同)	① 9:50~10:20	1:00~4:30	◆ら・ら・ら体操	① 1:30~2:00	(同)	│ リー①「ビュー │ ティー講座」		1:00~4:30 ●囲碁将棋		1:00~4:30	
東	毎日へ(振替) 10:00~11:00	·9 ~ ~ (H)/	② 10:35~11:05 ③ 11:20~11:50	1:00~4:30	10:00~11:30	② 2:15~2:45 ③ 3:00~3:30	A 9:30~11:30	1:30~2:30	①10:00~10:45 ②11:00~11:45	1:00~4:30	①10:00~10:50 ②11:00~11:50	1:00~4:30	
養室	50 00	●囲碁将棋	英会話 A (同)	小物編物(同)	お 茶(同)		★ぬり絵	1	手芸(同)			令和ゲーム(同	
- A-T		1:00~4:30	10:00~11:30	1:30~3:30	10:00~12:00		10:00~12:00		10:00~12:00			1:00~3:00	
その他							キタエちゃん体操 インターバル速歩®B						
	4.6.	7 = \$					11:00~11:40					7 3	
日	12日		13日	(火)	14日	(水)	15日	(木)	16日	(金)	17日	(土)	
	◆卓球D②	男の体操(同) 振替	◆卓球S②	太極拳(同)	楽しい体操(同)B	フォークダンス(同)	やわらか頭教室	◆卓球D②	楽しい体操(同)A	 ゆかいな運動(同)	◆卓球 S ①	◆卓球D①	
ール		①1:30~2:15		入門 1:30~2:40	①10:00~10:45 ②11:00~11:45	A 1:00~2:30 K 2:40~4:10	A 9:30~10:30 B 10:45~11:45		@10:00~10:45				
楽室	9:00~11:30 わいわい体操	②2:30~3:15 ●囲碁将棋	9:00~11:30	初級 2:50~4:00 ●囲碁将棋			l /	1:00~4:00	<u>211:00~11:45</u>	1:30~3:00 ●囲碁将棋	9:00~11:30	1:00~4:00	
西西	(北区地域介護予防 推進センター)	1:00~4:30	健康ヨガ(同)火	1:00~4:30	健康歌謡舞踊(同)	★健康ひろば	楽しい童謡唱歌	★健康ひろば	☆クラフトテープで	1:00~4:30	☆いきいき百歳体操	1:00~4:30	
楽室	① 9:30~10:30	●囲碁将棋	①10:00~10:45	●囲碁将棋	①10∶00∼	パート2	(同)	パート1	つくる「花かご」	紫野アルタークラブ	①10∶00~10∶45	カラオケ(同)	
東	@10:50~11:50	1:00~4:30	②11:00~11:45 英会話B(同)	1:00~4:30	2 11∶00~	1:30~3:00 民謡(同)	// T-±/=\	<u>1:30~3:00</u> ★ぬり絵	9:30~12:00	●囲碁将棋	211:00~11:45	●囲碁将棋	
養室			央云前 D (円 <i>)</i> 10∶00∼11∶30	謡曲(同)		氏論(円)	ハーモニカ(同)	1:00~3:00	百人一首(同) 10:00~12:00	● 四 看 付 供 1:00~4:30	★ぬり絵 10:00~12:00	● 四看付供 1:00~4:30	
その他							キタエちゃん体操						
といって							インターバル速歩® A 11:00~11:40						
日	19日	(月)	20日	(火)	21日	(水)	22日	(木)	23日	(金)	24日	(土)	
		田の仕根(日)		▲ 点球 c ② 健康レクリエー		◆卓球S①					◆卓球S②	◆卓球D①	
ール	▼ 二 ポ じ じ 9 : 00~11 : 30	①1:30~2:15 ②2:30~3:15	9:00~11:30	ション(同) 1:30~3:00	①10:00~10:50 ②11:00~11:50	1:00~4:00					9:00~11:30	1:00~4:00	
楽室	うたごえ(同)	●囲碁将棋	KITARO	●囲碁将棋	<u>⊌11.00~11.00</u>	KITARO	1				3.00-11.30	●囲碁将棋	
西	★なぞり書き	1:00~4:30	ハッスルマッスル ① 9:50~10:20	1:00~4:30	◆ら・ら・ら体操	ハッスルマッスル	海の日(作	休館日)	】 スポー	·ツの日	★なぞり書き	1:00~4:30	
楽室 東		なつメロ(同)	② 10:35~11:05	●囲碁将棋 1:00:4:30	40 : 00 - 44 : 00	② 2:15~2:45 ③ 3:00~3:30		·	1		10:00-40:00	◆千夜一夜を聴く	
	10:00~12:00	●囲碁将棋	③ 11:20~11:50 英会話 A (同)	1:00~4:30 小物編物(同)	10:00~11:30 お茶(同)	令和ゲーム(同)	1				10:00~12:00	1:30~3:30	
枚養室		1:00~4:30	10:00~11:30	1:30~3:30	10:00~12:00	1:00~3:00						1:00~4:30	
日	26日		27日					(木)	30日(金)		31日		
	◆卓球D②	◆卓球S②		太極拳(同)	楽しい体操(同)B	フォークダンス(同)	やわらか頭教室	◆卓球D②	◆卓球S①	太極拳(同)24式	◆卓球S①	◆卓球D①	
ール	▼手外 D② 9:00~11:30	1:00~4:00	9:00~11:30	入門 1:30~2:40 初級 2:50~4:00	(1)10:00~10:45 (2)11:00~11:45	A 1:00~2:30 K 2:40~4:10	A 9:30~10:30 B 10:45~11:45		9:00~11:30	1:30~2:40	9:00~11:30	▼手ぶり ① 1:00~4:00	
楽室		●囲碁将棋		●囲碁将棋		☆脳活体操	<u> </u>	1:00~4:00 ☆つながるサロン		●囲碁将棋		●囲碁将棋	
西	◆盆ダンス	1:00~4:30	健康ヨガ(同)火	1:00~4:30	健康歌謡舞踊(同)	いきいき広場		「薬と上手に付き合 うために知っておき		1:00~4:30	☆いきいき百歳体操	1:00~4:30	
宝楽室 東	①10:00~10:50 ②11:00~11:50	●囲碁将棋 1:00~4:30	①10:00~10:45 ②11:00~11:45	●囲碁将棋 1:00~4:30	①10∶00~ ②11∶00~	① 1:30~2:00 ② 2:10~2:40		たいこと」振替 1:30~3:00	①10:00~10:45 ②11:00~11:45	●囲碁将棋 1:00~4:30	①10:00~10:45 ②11:00~11:45	●囲碁将棋 1:00~4:30	
大 養室	9.,00 11.00	五行歌(同)	英会話 B (同)	謡曲(同)	★ぬり絵	民謡(同)		. 33 3 3	手芸(同)	, : 55	go		
· M I		1:30~3:30	10:00~11:30		10:00~12:00		キタエちゃん体操		10:00~12:00				
その他							キダエらゃん体操 インターバル速歩®B						
							11:00~11:40						