

※おたより発行後、都合により予定が変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。 随時、変更等については、お知らせいたします。



日	曜日	月		火		水		木		金		土													
		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後												
	時間帯																								
	場 所	<p>新年あけましておめでとうございます。 旧年中は、お世話になりました。 本年もどうぞよろしく願い申し上げます。 明るくて、楽しい笑顔の絶えない 北老人福祉センターでありますように……</p>																							
	■ホール							4		5		6													
	■娯楽室/西							やわらか頭		卓球C		楽しい体操A		ゆかいな運動		卓球S		卓球D							
	■娯楽室/東							プレイスマイル		ソングフレンズ		色えんぴつ画3組		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋							
■教養室							プレイスマイル		煌き		プレイスマイル		●囲碁将棋		プレイスマイル		カラオケ								
7 休所日	場 所	8		9		10		11		12		13													
	■ホール			卓球B		楽しい体操B		フォークDAK		やわらか頭		卓球C		卓球5G合同		太極拳2		卓球S		卓球D					
	■娯楽室/西	<p>成人の日</p>		健康ヨガ火①		●囲碁将棋		健康		健康ひろば		健康ヨガ金①		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋							
	■娯楽室/東			健康ヨガ火②		●囲碁将棋		歌謡舞踊		パート2		ストレッチ		健康ヨガ金②		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋					
	■教養室			謡 曲		民 謡		ボールペン画		手 芸		トランプ													
14 休所日	場 所	15		16		17		18		19		20													
	■ホール	卓球A		男の体操		卓球B		プレイスマイル		フレッシュD		卓球5G合同		やわらか頭		卓球C		楽しい体操A		ゆかいな運動		卓球S		卓球D	
	■娯楽室/西	うたごえ		●囲碁将棋		★KITARO/AM		●囲碁将棋		プレイスマイル		★KITARO/PM		楽・童謡唱歌		健康ひろば		プレイスマイル		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋	
	■娯楽室/東			なつメロ		ハッスルマッスル		●囲碁将棋		プレイスマイル		ハッスルマッスル		パート1		百人一首		●囲碁将棋		プレイスマイル		カラオケ			
	■教養室			●囲碁将棋		和紙ちぎり絵		小物編物		お 茶														●囲碁将棋	
21 休所日	場 所	22		23		24		25		26		27													
	■ホール	卓球A		プレイスマイル		卓球B		太極拳3/1		楽しい体操B		フォークDAK		やわらか頭		卓球C		卓球5G合同		太極拳2		卓球S		卓球D	
	■娯楽室/西	プレイスマイル		●囲碁将棋		健康ヨガ火①		●囲碁将棋		健康		脳活体操		健康		パフォーマンス		健康ヨガ金①		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋	
	■娯楽室/東	プレイスマイル		●囲碁将棋		健康ヨガ火②		●囲碁将棋		歌謡舞踊		いきいき広場		ストレッチ		クラブ		健康ヨガ金②		●囲碁将棋		プレイスマイル		●囲碁将棋	
	■教養室			五行歌				謡 曲		お 茶		民 謡		雑学クラブ3期		手 芸		トランプ							
28 休所日	場 所	29		30		31		広報紙掲載事業は、すべて「いきいきポイント」5ポイント対象です。 「健康づくり」でポイントをためて応募しよう!! (12月31日、3月2日 必切) 詳しくは「健康長寿のまち・京都 いきいきポイント手帳」をご覧ください。 																	
	■ホール	卓球A		男の体操		フレッシュD																			
	■娯楽室/西	うたごえ		●囲碁将棋		★KITARO/AM								★同好会		プレイスマイル		★KITARO/PM							
	■娯楽室/東			なつメロ		ハッスルマッスル								世話人会		プレイスマイル		ハッスルマッスル							
	■教養室			●囲碁将棋																					

●囲碁・将棋の利用について…囲碁・将棋の利用は行事予定表通りの日程でご利用ください。

午前枠で同好会、その他の行事がある場合は、後片付けと囲碁・将棋の準備がありますので、午後0時30分～の利用となります。ご協力をお願いいたします。

■卓球の利用について…登録制となっています。卓球A・B・C・Dはダブルスの試合形式、卓球Sについてはシングルスラリー形式を実施し、5グループに分かれています。

ひとり2グループの登録可能です。5グループ交流での実施日はシングルスラリー形式で行います。(※ラケット・上履きが必要です。)

※卓球S(シングルス)は、登録者が40名を超えたため、現在欠員待ちにて対応しています。

