

平成30年 5月 予定表 (☎075-341-1730)

時間	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
日			1		2		3		4		5	
その他					★歌のつどい 15:00~15:30(集会室)							
和室大			京てまり同好会	洛写会(写真)	折紙のつどい	英会話同好会	憲法記念日 (休所日)		みどりの日 (休所日)		子供の日 (休所日)	
和室小			囲碁・将棋	囲碁・将棋	切り絵同好会	囲碁・将棋						
集会室	卓友会(卓球)	朗読を楽しむ	ハワイアンフラ	★さわやか筋トレ								
7	7		8		9		10		11		12	
その他							★メタボピクス体操 9:00~9:30(集会室)		★ひだまりサロン 14:30~15:30(集会室)			
和室大	ゆったりヨガ体操同好会	色えんぴつ画同好会	★楽笑エクササイズ講座	手話同好会	下京推進センター ※要申込事業	吟晴会(謡曲)	茶道同好会	下京推進センター ※要申込事業	舞踊同好会 発表会	書道研修会	囲碁・将棋	カラオケ同好会②
和室小	囲碁・将棋	囲碁・将棋	囲碁・将棋	囲碁・将棋	編物講座			下京ESS同好会			手芸講座	囲碁・将棋
集会室	新スポーツ	★盆踊り 13:30~14:30	卓球ビギナー会	大正琴同好会	3B体操同好会	★笑いヨガ	コーラス同好会	生きいきサロン	卓球青空同好会	★脳いきいき健康クラブ	ダンス友愛会	★練功十八法
日	14		15		16		17		18		19	
その他			パソコン講座(3階) 13:30~15:30		★歌のつどい 15:00~15:30(集会室)							
和室大	カラオケ友の会	囲碁・将棋	京てまり同好会	囲碁・将棋	囲碁・将棋 百人一首	英会話同好会	囲碁同好会	洛陽会(謡曲)	らくらくピアノ同好会	囲碁・将棋	楽しく体操同好会	カラオケ同好会③
和室小		編物同好会	囲碁・将棋	囲碁・将棋	切り絵同好会	若葉会(句会)		囲碁・将棋				囲碁・将棋
集会室	シニアフオーク	太極拳同好会	卓友会(卓球)	卓球のつどい① 卓球のつどい②	ハワイアンフラ	★さわやか筋トレ	コーラス同好会	生きいきサロン	フラダンス同好会	★元気はつらつ・スカット講座	太極拳同好会	卓球のつどい① 卓球のつどい②
日	21		22		23		24		25		26	
その他												
和室大	ゆったりヨガ体操同好会	囲碁・将棋	★楽笑エクササイズ講座	手話同好会	下京推進センター ※要申込事業	吟晴会(謡曲)	茶道同好会	下京推進センター ※要申込事業	舞踊同好会	書道研修会	囲碁・将棋	カラオケ同好会①
和室小		編物同好会	囲碁・将棋	囲碁・将棋	編物講座			下京ESS同好会				囲碁・将棋
集会室	新スポーツ	卓球のつどい① 卓球のつどい②	卓球ビギナー会	大正琴同好会	3B体操同好会	卓球のつどい① 卓球のつどい②	ダンス友愛会	生きいきサロン	卓球青空同好会	★脳いきいき健康クラブ	ボクシング体操	卓球のつどい① 卓球のつどい②
日	28		29		30		31					
その他			パソコン講座(3階) 13:30~15:30									
和室大	カラオケ友の会	囲碁・将棋	★大人の塗り絵	囲碁・将棋	下京推進センター ※要申込事業	囲碁・将棋	囲碁同好会	洛陽会(謡曲)	元気はつらつ・スカット講座 ※申込不要 ★日時:5月18日(金) 午後1時30分~3時 ★会場:センター集会室		健康長寿のまち・京都 予定表事業はすべて「いきいきポイント(5ポイント)対象です。	
和室小		編物同好会		囲碁・将棋	編物講座		囲碁・将棋	囲碁・将棋				
集会室	シニアフオーク	★卓球ハル 13:30~15:00	フラダンス同好会	朗読を楽しむ	一般卓球	卓球のつどい① 卓球のつどい②	一般卓球	卓球のつどい① 卓球のつどい②				

●大人の塗り絵を楽しむ●

※申込不要
日時:5月29日(火)
午前10時~11時30分
会場:和室
持物:色えんぴつ
※センターでも用意しています。



●歌ごえ広場●

※申込不要
一緒に歌って元気に!懐かしい歌を聴きに來るだけでもどうぞ!
*歌本貸出あり



今月は、ありません。

●ひだまりサロン●

※申込不要
~相談事業・居場所づくり事業~
★日時:5月11日(金)
午後2時30分~3時30分
★会場:センター集会室



今月のテーマは「高齢者向け防犯対策」です。

●歌のつどい●

※申込不要
第1・3水曜
午後3時~3時30分
※歌本貸出あり



自由参加の運動講座

【メタボピクス体操】
第2木曜
午前9時~9時30分
持物)上靴・飲み物

【さわやか筋トレのつどい】
第1・3水曜
午後1時30分~3時
持物)上靴・バスタオル

【脳いきいき健康クラブ】
第2・4金曜
午後1時30分~3時
持物)筆記用具
上靴・飲み物

【練功十八法のつどい】
第2土曜
午後1時30分~3時
持物)上靴・飲み物

【楽笑エクササイズ講座】
第2・4火曜
午前10時~11時
持物)タオル・飲み物

