


| 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 | | 6 | | |
| その他 | 文化の日 (休所日) | | | | | | | | | | | | |
| 和室大 | ゆったり ヨガ体操 同好会 | 色えんぴつ画 同好会 | 京てまり同好会 | 洛写会(写真) | 文化の日 (休所日) | | 囲碁 同好会 | 洛陽会(謡曲) | らくらく ピアノ 同好会 | オセロ | ★大人の 塗り絵① | カラオケ同好会① | |
| 和室小 | 同好会 | 囲碁・将棋 | 囲碁・将棋 | 囲碁・将棋 | | | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 |
| 集会室 | 新スポーツ | 盆踊り | 卓友会(卓球) | 朗読を楽しむ | | | コーラス同好会 | 生きいきサロン | 一般卓球 | 卓球のつどい① 卓球のつどい② | 太極拳同好会 | 卓球のつどい① 卓球のつどい② | |
| 日 | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | |
| その他 | ★なぞり書き① 10:00~11:00(和室) | | | | | | | | ★ひだまりサロン 14:30~15:30(集会室) | | | | |
| 和室大 | カラオケ 友の会 | 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ESS 同好会 | 舞踊 同好会 | 書道 研修会 | 囲碁・将棋 | カラオケ同好会② | |
| 和室小 | | 編物同好会 | 編物講座① | 編物講座① | ※要申込事業 | 編物講座③ | | 下京推進 センター ※要申込事業 | | | 手芸講座 | 囲碁・将棋 | |
| 集会室 | レクダンス | リズムダンス のつどい | 卓球ビギナー会 | 椅子に座って ヨガ講座① | 3B体操同好会 | 音楽認知 ケア講座 | ★歌のつどい 15:00~15:30(集会室) | 生きいきサロン | 卓球青空同好会 | 脳いきいき 健康クラブ① | ダンス友愛会 | 練功十八法① | |
| 日 | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | |
| その他 | ★歌のつどい 15:00~15:30(集会室) | | | | | | | | | | | | |
| 和室大 | ゆったり ヨガ体操 同好会 | ★大人の 塗り絵② | 京てまり同好会 | スマホ 交流会 | 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 | オセロ | 楽しく体操 同好会 | カラオケ同好会③ | |
| 和室小 | | | テーブル フラワー講座 | 囲碁・将棋 | 囲碁・将棋 | 若葉俳句会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | |
| 集会室 | 新スポーツ | ストレッチ 体操講座 | 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 | コーラス同好会 | 生きいきサロン | 下京推進 センター ※要申込事業 | 元気はつらつ・ スカット | 太極拳同好会 | 卓球のつどい① 卓球のつどい② | |
| 日 | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | 26 | | 27 | | |
| その他 | 勤労感謝の日 (休所日) | | | | | | | | | | | | |
| 和室大 | ★大人の 塗り絵③ | 囲碁・将棋 | 勤労感謝の日 (休所日) | | 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ESS 同好会 | 舞踊 同好会 | 書道 研修会 | ★ なぞり書き② | オセロ | |
| 和室小 | | 編物同好会 | | | 編物講座② | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 | 同好会 |
| 集会室 | レクダンス | ★卓球バレー | | | 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② | 椅子に座って ホッピング体操 | 練功十八法② | |
| 日 | 29 | | 30 | | | | | | | | | | |
| その他 | ■予定表の見方 講師や指導者の判断で中止とした事業 →  | | | | | | | | | | | | |
| 和室大 | 下京推進 センター ※要申込事業 | 第2回 同好会 世話人会 | | 下京推進 センター ※要申込事業 | ■予定表の見方 講師や指導者の判断で中止とした事業 →  | | 茶道 同好会 | 下京ESS 同好会 | 舞踊 同好会 | 書道 研修会 | ★オセロのつどい★ ★申込不要 日時①: 11月5日(金) 午後1時~4時15分 日時②: 11月19日(金) 午後1時~4時15分 日時③: 11月27日(土) 午後1時~4時15分 日時④: 11月30日(火) 午後1時~4時15分 会場: 和室 定員: 先着16名 ※指導者はいませんが、ルールの説明書を用意しています。飛沫感染を防ぐためマスク着用、衝立設置で、密接しないようにして開催します。 | | |
| 和室小 | | | | オセロ | | | 同好会 | 同好会 | 同好会 | | | | |
| 集会室 | ★ラジオ体操 のつどい | | | 一般卓球 | | | 卓球のつどい① 卓球のつどい② | 同好会 | 同好会 | | | | |

★大人の塗り絵を楽しむつどい★

★申込不要

日時①: 11月6日(土) 午前10時~11時30分
日時②: 11月15日(月) 午後1時30分~3時
日時③: 11月22日(月) 午前10時~11時30分

会場: 和室
定員: 先着24名
持物: 色えんぴつ



★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: 11月12日(金) 午後2時30分~3時30分


会場: センター集会室
定員: 先着24名
講師: ぐらし整えナース 富樫氏
今回のテーマは、『シニアのための家庭内事故予防』について

★なぞり書きを楽しむつどい★

★申込不要

日時①: 11月8日(月) 午前10時~11時
日時②: 11月27日(土) 午前10時~11時

会場: 和室
定員: 先着24名
持物: B又は2Bの鉛筆・消しゴム
俳句や短歌や歌などをなぞり書きします。




★オセロのつどい★

★申込不要

日時①: 11月5日(金) 午後1時~4時15分
日時②: 11月19日(金) 午後1時~4時15分
日時③: 11月27日(土) 午後1時~4時15分
日時④: 11月30日(火) 午後1時~4時15分

会場: 和室
定員: 先着16名
※指導者はいませんが、ルールの説明書を用意しています。飛沫感染を防ぐためマスク着用、衝立設置で、密接しないようにして開催します。



囲碁・将棋開催について

和室(大)定員16名、和室(小)定員8名共に、飛沫感染を防ぐためマスク着用、衝立設置で、密接しないようにして開催します。ただし利用者数が多い場合は、人数制限させていただきますのでご了承ください。


卓球にご参加の皆さんへ

感染症予防のため、利用者制限を行いますので、1センター限定利用でお願いします。なお「卓球のつどい」においては、当面の間、新規の登録はできません。また、卓球の利用が通常に戻るまで3カ月の登録抹消ルールは適用しませんので、ご承知ください。

百人一首のつどい開催について

飛沫感染を防ぐためマスク及びフェイスシールド(眼鏡等)を着用で、密接しないようにして開催します。(各自お持ちください)

予定表事業は、すべて「健康ポイント」(5ポイント)対象です。
第3回目応募締切 12月31日(金)



予定表事業は、すべて「健康ポイント」(5ポイント)対象です。
第3回目応募締切 12月31日(金)

