


京都市右京中央老人福祉センター 平成31年1月予定表

○ ←ボールのマークは「卓球のつどい」です

曜日	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	7		8		9		10		11		12	
和室	煎茶(同)		囲碁・将棋		のびのび健康体操(同) 1/14振		男性だけの筋トレ		ヨガ(同)		右京踊りの会	
ホール	○		○		○		○		カラオケ(同)		○	
第一会議室	マジック		ハワイアン		パッチワーク		書道(同)		民謡(同)		盆踊りのつどい	
第二会議室	(同)		(同)		(同)②		生きいきサロン		水墨画B(同)		ここにこ体操(同)	
日	14		15		16		17		18		19	
和室	おれんじサロン 右京		おれんじサロン 右京		気功(同)		女性だけの筋トレ		謡曲(同)		ジャズダンス(同)①・②	
ホール	○		○		○		○		カラオケ(同)		○	
第一会議室	成人の日		ハワイアン		パッチワーク		右老連理事会		水墨画A(同)		[サコ-ヲ 右京]	
第二会議室	民謡のつどい		(同)		(同)にじいろ		生きいきサロン		ちぎり絵(同)(さくら)		手作り講座 ゆびあみ	
日	21		22		23		24		25		26	
和室	煎茶(同)		囲碁・将棋		腰痛予防体操		男性だけの筋トレ		ヨガ(同)		囲碁・将棋	
ホール	○		○		○		○		カラオケ(同)		○	
第一会議室	ボールペン(同)		民謡のつどい		パッチワーク		自分でできるマッサージ		民謡(同)		[サコ-ヲ 右京]	
第二会議室	マジック(同)		(同)		(同)②		生きいきサロン		水墨画B(同)		(同)	
日	28		29		30		31					
和室	のびのび健康体操(同)		囲碁・将棋		気功(同)		太極拳(同)A・B		明けておめでとうございます 今年も宜しくお願い致します			
ホール	○		○		○		○					
第一会議室	区社協		フラダンス(同)		区社協		落語会					
第二会議室	支え合い講座		区社協 ボランティア入門講座		区社協 ボランティア入門講座		多世代交流					