2025年4月スケジュール表

2025/3/19現在

門真市老人福祉３施設は　門真市在住、60歳以上の方が利用いただけます

◆高齢者施設であるため、手指消毒と可能な限りのマスク着用をお願いします。　◆のどの痛み・咳・発熱などの症状のある場合は施設のご利用をお控えください。

老人福祉センター　★印…利用時間については各サークルにお問い合わせ下さい。

門真市御堂町12-5　☎06-6903-7771

第1週	1	火	**フレイル予防教室（1:30～）**	つくしんぼ（ペン習字）		**つるつるカムカム（折り鶴で介護予防）**
	2	水	**おしゃべり会（女性部）**			
	3	木	**9:30~百歳体操** ★えにし（カラオケ）	くすのき（書道）		琴寿会（大正琴）
	4	金	なかよしOB会（カラオケ）	ひまわり（キラキラ体操） よろずカフェ（第3地域包括）	**写経・写仏教室①** 若手委員会（市老連）	吟友会（詩吟）
	5	土	★あじさい会（カラオケ） コスモス健康体操（体操）			さくら（ハーモニカ）
	6	日	休　館　日			
	7	月	ブルースター会（カラオケ）	くすの木会（書道） 門真市ディスコン協会		
第2週	8	火	**つるつるカムカム（折り鶴やカラオケ）** うぐいす（カラオケ）	パピヨン（手芸）	**脳トレ教室**	**つるつるカムカム（折り鶴で介護予防）**
	9	水	カラオケ同好会（カラオケ）	花みずき（手編み）	さつき会（物づくり）	
	10	木	**9:30~百歳体操　10:30~はつらつ体操** カラ友会（カラオケ）	若葉会（銭太鼓）	**写経・写仏教室②**	
	11	金	あじさい会（カラオケ）	銭太鼓歩（銭太鼓）		ビリヤード月例会
	12	土	ホトトギス会（カラオケ）	ナイスミディ門真（フラダンス）	ダカーポ（コーラス）	かえで（布ぞうり作り）
	13	日	休　館　日			
	14	月	緑寿会（カラオケ）	健康麻雀「憩い」（麻雀）	**ぬり絵教室①** 折り紙あそび（折り紙）	
第3週	15	火	ブルースター会（カラオケ）	つくしんぼ（ペン習字）	お話レインボーズ（読み聞かせ）	**つるつるカムカム（折り鶴で介護予防）**
	16	水	コスモス健康体操（体操）	キューピー（パッチワーク）		
	17	木	**9:30~百歳体操** ★えにし（カラオケ）	くすのき（書道）	**介護予防教室（第3地域包括）**	琴寿会（大正琴）
	18	金	なかよしOB会（カラオケ）	ひまわり（キラキラ体操）	**ぬり絵教室②** 理事会（市老連）	**パン販売（11:45～）** 吟友会（詩吟）
	19	土	★あじさい会（カラオケ） ★カラオケコスモス			さくら（ハーモニカ）
	20	日	休　館　日			
	21	月		くすの木会（書道） 門真市ディスコン協会	キルトタイム（パッチワーク）	エコクラフト（クラフト）
第4週	22	火	うぐいす（カラオケ）	パピヨン（手芸）	**脳トレ教室**	**つるつるカムカム（折り鶴で介護予防）**
	23	水	**映画会「千と千尋の神隠し」（10～）** カラオケ同好会（カラオケ）		花みずき（手編み） 会議（第3地域包括）	
	24	木	**9:30~百歳体操　10:30~はつらつ体操** カラ友会（カラオケ）	若葉会（銭太鼓）		**ネイル・眉体験（9:30～12:30）**
	25	金	（会議準備） **会長会議（市老連）**	銭太鼓歩（銭太鼓）		ビリヤード月例会
	26	土	ホトトギス会（カラオケ）	一歩会（介護予防） ナイスミディ門真（フラダンス）	ダカーポ（コーラス）	かえで（布ぞうり作り）
	27	日	休　館　日			
	28	月	緑寿会（カラオケ）	健康麻雀「憩い」（麻雀）	折り紙あそび（折り紙）	
第5週	29	火	休　館　日			
	30	水				

ふれあいセンター

門真市岸和田3-44-11　☎072-886-0015

第1週	1	火	ひまわり（書道） **カラオケ開放日**		**百歳体操**
	2	水	ストレッチ体操２０２５ ドリームカラオケ		**百歳体操** **女性麻雀教室**
	3	木	**写経・写仏教室①** 蓮の華（太極拳）	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操**
	4	金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）		**百歳体操** **女性麻雀教室**
	5	土	**映画会「わが母の記」（10～）** H31 ボッチャ（ボール競技）		**百歳体操**
	6	日	休　館　日		
	7	月	アートアップル 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
第2週	8	火	アートアップル **カラオケ開放日**		**百歳体操**
	9	水	ストレッチ体操２０２５ カラオケ喜楽会	こねこねクラブ（クレイクラフト）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
	10	木	**歌声喫茶** あすなろ（カラオケ）	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操**
	11	金	プラス60（体操） ドリームカラオケ		**百歳体操** **女性麻雀教室**
	12	土	H31 ボッチャ（ボール競技） PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸）	**百歳体操**
	13	日	休　館　日		
	14	月	**脳トレ教室** 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
第3週	15	火	ひまわり（書道） あすなろ（カラオケ）		**百歳体操**
	16	水	ストレッチ体操２０２５ ドリームカラオケ		**百歳体操** **女性麻雀教室**
	17	木	蓮の華（太極拳） アートアップル	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操**
	18	金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）		**百歳体操** **女性麻雀教室**
	19	土	和楽の会 和楽の会		**百歳体操**
	20	日	休　館　日		
	21	月	**ぬり絵教室①** 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
第4週	22	火	**カラオケ開放日** **カラオケ開放日**		**百歳体操**
	23	水	ストレッチ体操２０２５ カラオケ喜楽会	こねこねクラブ（クレイクラフト）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
	24	木	**写経・写仏教室②** あすなろ（カラオケ）	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操**
	25	金	プラス60（体操） ドリームカラオケ		**百歳体操・パン販売（11～）** **女性麻雀教室**
	26	土	**ぬり絵教室②** PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸）	**百歳体操**
	27	日	休　館　日		
	28	月	**脳トレ教室** 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会２０１（囲碁） 碁友会２０１（囲碁）	**百歳体操** **女性麻雀教室**
第5週	29	火	休　館　日		
	30	水	**歌声喫茶** H31 ボッチャ（ボール競技）		**百歳体操** **女性麻雀教室**

☎老人福祉センターまで

交流サロン

門真市沖町28-2

第1週	1	火	虹の会（民舞） 睦月（民踊）
	2	水	和紙ちぎり絵（和紙ちぎり絵） 門真市ディスコン協会
	3	木	花水木A（体操）
	4	金	ふるさと会（民謡） ディスコン健遊会
	5	土	すずめクラブ（麻雀）
	6	日	休　館　日
	7	月	スイートピー（大正琴） 八重桜（折り紙）
第2週	8	火	虹の会（民舞） 睦月（民踊）
	9	水	沖校区福祉委員会 （いきいきサロン）
	10	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会
	11	金	
	12	土	歩こう会（会議） ブルメリア（フラダンス）
	13	日	休　館　日
	14	月	すずめクラブ（麻雀） 八重桜（折り紙）
第3週	15	火	虹の会（民舞） 睦月（民踊）
	16	水	ディスコン健遊会 舟田南楽笑会（百歳体操）
	17	木	花水木A（体操） 門真市ディスコン協会
	18	金	ディスコン健遊会
	19	土	スイートピー（大正琴）
	20	日	休　館　日
	21	月	スイートピー（大正琴） 八重桜（折り紙）
第4週	22	火	虹の会（民舞） 睦月（民踊）
	23	水	舟田南楽笑会（百歳体操）
	24	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会
	25	金	ふるさと会（民謡）
	26	土	スイートピー（大正琴） ブルメリア（フラダンス）
	27	日	休　館　日
	28	月	すずめクラブ（麻雀） 八重桜（折り紙）
第5週	29	火	休　館　日
	30	水	