

2026年 11月スケジュール表

2026/10/21 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。

☎老人福祉センターまで

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 日	休 館 日		
	2 月	ブルースター会（カラオケ）	くすの木会（書道） 芝桜友の会	
	3 火	休 館 日		
第2週	4 水	つつるカムカム（カラオケ）	ハッピー（10～） はなみずき（太極拳）	グランドゴルフ大会準備（市老連）
	5 木	9:30～百歳体操 ★えにし（カラオケ）	くすのき（書道） つくしんぼ（ペン習字）	琴寿会（大正琴） タブレット教室（2回目）
	6 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）
第3週	7 土	あじさい会（カラオケ） ひまわり（カラオケ）	すまいる体操（10～） ナイスミディ門真（フラダンス）	ダ・カーボ（コーラス） さくら（ハーモニカ）
	8 日	休 館 日		
	9 月	緑寿会（カラオケ）	健康麻雀「憩い」（麻雀）	ぬりえ教室① 折り紙あそび（折り紙） お話レインボーズ（読み聞かせ）
第4週	10 火	うたごえ広場（コーラス） うぐいす（カラオケ）	パピヨン（手芸）	脳トレ教室(①9:30～②11:15～) 【玄関】ロビー体操(12～12:15) つつるカムカム(10:30～12ごろ) (介護予防) カラオケ交流会打合せ(運営委員会)
	11 水	カラオケ同好会（カラオケ）	はなみずき（太極拳）	花みずき（手編み） さつき会（物作り）
	12 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
第5週	13 金	輪投げ大会（市老連）	銭太鼓歩（銭太鼓）	輪投げ大会（市老連） ビリヤード月例会
	14 土	感 謝 の つ ど い（老福まつり）		
	15 日	休 館 日		
第6週	16 月	ホトトギス会（カラオケ）	くすの木会（書道） 芝桜友の会	キルトタイム（キルト）
	17 火	ブルースター会（カラオケ）	モルック（10:30～11:30） つくしんぼ（ペン習字）	【玄関】ロビー体操(12～12:15) つつるカムカム(10:30～12ごろ) (介護予防)
	18 水	ハッピー（10～） はなみずき（太極拳）	キューピー（パッチワーク）	さつき会（物作り）
第7週	19 木	9:30～百歳体操 ★えにし（カラオケ）	くすのき（書道） タブレット教室（3回目）	ぬりえ教室② タブレット教室（3回目） 琴寿会（大正琴）
	20 金	なかよしOB会（カラオケ）	ひまわり（キラキラ体操） 銭太鼓歩（銭太鼓）	【玄関】パン販売(11:15～) 理事会（市老連） 吟友会（詩吟）
	21 土	あじさい会（カラオケ） カラオケコスモス（カラオケ）	すまいる体操（10～）	さくら（ハーモニカ）
第8週	22 日	休 館 日		
	23 月	休 館 日		
	24 火	脳トレ教室（10～11:30） うぐいす（カラオケ）	パピヨン（手芸）	【玄関】ロビー体操(12～12:15) つつるカムカム(10:30～12ごろ) (介護予防)
第9週	25 水	映画会 “ホーム・スイートホーム”（10～） カラオケ同好会（カラオケ）	花みずき（手編み）	ふるさとの話をしよう会（1:15～）
	26 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）	
	27 金	ひまわり（カラオケ） 会長会議（市老連）		ビリヤード月例会（終日） 【和室】→ ひぐまカフェ(認知症予防：第3包括)
第10週	28 土	ホトトギス会（カラオケ）	ナイスミディ門真（フラダンス）	
	29 日	休 館 日		
	30 月	あじさい会（カラオケ）	健康麻雀「憩い」（麻雀）	折り紙あそび（折り紙）

ふれあいセンター 門真市岸和田3-44-11 ☎072-886-0015			
第1週	1 日	休 館 日	
	2 月	アートアップル 南交社交ダンス・カラオケ	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	3 火	休 館 日	
第2週	4 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
	5 木	写経・写仏教室① 蓮の華（太極拳）	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 認知症サポーター養成講座（社会福祉協議会）
	6 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
第3週	7 土	映画会 “マエストロ”（10～） H31 ポッチャ（ボール競技）	百歳体操
	8 日	休 館 日	
	9 月	脳トレ教室 南交社交ダンス・カラオケ	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室／レディース健康体操
第4週	10 火	アートアップル アマリリス（卓球）	人権相談(人権市民相談課) 百歳体操
	11 水	ストレッチ体操2025 カラオケ喜楽会	百歳体操 女性麻雀教室 こねこねクラブ（クレイクRAFT）
	12 木	歌声喫茶 あすなる（カラオケ）	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 特殊詐欺対策アプリ登録(11～)
第5週	13 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 特殊詐欺対策アプリ登録(11～)
	14 土	H31 ポッチャ（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
	15 日	休 館 日	
第6週	16 月	ぬりえ教室① 南交社交ダンス・カラオケ	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	17 火	ひまわり（書道） あすなる（カラオケ）	百歳体操
	18 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
第7週	19 木	蓮の華（太極拳） アートアップル（輪投げ）	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 パン販売(11～)／ネイル(11～)
	20 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
	21 土	和楽の会 H31 ポッチャ（ボール競技）	百歳体操
第8週	22 日	休 館 日	
	23 月	休 館 日	
	24 火	写経・写仏教室② アマリリス（卓球）	百歳体操
第9週	25 水	ストレッチ体操2025 カラオケ喜楽会	百歳体操 女性麻雀教室 東小学校との交流会(11～12)
	26 木	歌声喫茶 あすなる（カラオケ）	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 レディース健康体操
	27 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
第10週	28 土	ぬりえ教室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
	29 日	休 館 日	
	30 月	フラダンス(9:00～)／脳トレ(10:30～) 南交社交ダンス・カラオケ	基友会201（囲碁） 基友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室

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