

# 城東区老人福祉センターだより

## 2023年 7月号



QRコード読み取り

〒536-8510 大阪市城東区中央 3-5-45  
TEL: (06) 6932-0017 FAX: (06) 6934-8340  
《指定管理者》社会福祉法人リベルタ



### 館長就任のごあいさつ

はじめまして、5月31日付で退職いたしました橋館長にかわり6月1日より館長に就任いたしました冷水達司です。

「冷水」と書いて「しみず」と読みます。お見知りおきください。まだまだ若輩者ですがみなさんのお力になれるように頑張りますのでよろしく願います。

老人福祉センターの活動については、コロナ禍の中で、ここ数年活動が制限されてきましたが、この春より感染症の分類が2類相当から5類に変更されたこともあり、できる限り以前の活動に戻りつつありますので、引き続き城東区老人福祉センターをご利用くださいますようよろしくお願いいたします。

城東区老人福祉センター館長 冷水 達司

### 『大阪くらしの今昔館 町家ツアー』

江戸時代のまちの展示のなかを解説付きで巡ります。

『天神祭と都市の彩り』企画展も開催中！！

- 《と き》7月20日(木)
- 《集 合》午前9時20分  
城東区役所1階エレベーター前
- 《対 象》利用証をお持ちの方
- 《定 員》15名(先着)
- 《費 用》30円(保険代) ※交通費等は自己負担
- 《持 物》飲み物 ※必ず持参してください
- 《申 込》6月29日(木) 午前10時より



参加費を添えてご本人様が来館にて受付  
※おつりのないようお願いします

7月15日(土)以降のキャンセルは返金不可

### ハンドチャイムを体験してみよう♪

ハンドベルに似た楽器で、ベルの楽しさを体験してみましょ

- 《と き》7月13日(木)・8月10日(木)  
午後1時30分~3時 <全2回>
- 《場 所》城東区老人福祉センター大広間
- 《講 師》中山 真澄さん  
(大阪市生涯学習インストラクター)
- 《対 象》利用証をお持ちの方
- 《費 用》100円(資料代) 《定 員》15名(先着)
- 《持 物》飲み物・筆記用具
- 《申 込》6月22日(木) 午前10時より



参加費を添えてご本人様が来館にて受付  
※おつりのないようお願いします

### 食育セミナー ~命を守る水~

熱中症を予防するために、水分補給のコツを学びます!

- 《と き》7月21日(金)  
午後1時30分~2時30分
- 《場 所》城東区老人福祉センター大広間
- 《講 師》株式会社 明治 食育担当
- 《対 象》利用証をお持ちの方 《費 用》無料
- 《定 員》25名(先着)
- 《申 込》6月30日(金) 午前10時より



ご本人様が来館にて受付

### ♪歌声サロン再開のお知らせ♪

9月から歌声サロンを再開します。  
毎月第2木曜日の①10時~11時 ②11時15分~12時15分の2部制です。当センター内に申込み用紙を設置しますので、記入をしていただき、希望時間の抽選箱へ投函してください。  
申込み募集期間は、6月26日(月)~7月26日(水)です。募集期間終了後、抽選をします。  
わからない事がありましたら、事務局までお願いします。

### 7月の介護予防ヨガ体操は...

7月31日(月) 午後1時30分~

参加費: 300円(当日支払)

場所: 老人センター大広間 持物: 飲み物・タオル





# 7月行事予定表



部屋名	日		月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <h2 style="color: green;">7月お誕生会</h2> <p>＜毎月第4水曜日・大広間＞  <b>◇7月26日(水) 午後1:30～</b>  <b>●7月生まれの方</b>  <b>申込期間:7月1日(土)～7月22日(土)</b>  <b>※友情出演の方は、先着5名(組)とさせていただきます。</b></p> </div> <div style="width: 30%; border: 2px dashed orange; padding: 5px;"> <p>★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。 ご希望の方は事前に事務所までお願いします。</p>  </div> <div style="width: 30%;"> <p>当センターをご利用の際は、<b>利用証のご提示をお願いします。</b> 初めてのの方は、ご本人様<b>確認書類(生年月日が記載されているもの)</b>をご持参の上、<b>事務所までお越しください。</b></p>  </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>見学は 申込不要</p>  </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>1</p> <p>囲碁・将棋</p> <p>10:00～ 水彩画教室</p> <p>10:00～ 卓球</p> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ すみれ組 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> <p>10:00～ ベン字 サークル</p> <p>15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 15:30～ 新舞踊同好会 百歳体操コスモス</p> <p>10:00～ 100メーター 健康体操</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> <p>13:00～ 昭和歌謡で踊 ろう</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 歌体操 サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室1 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ フォーク ダンス</p> <p>13:30～ 3B体操</p> <p>10:30～ 健康体操</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 俳句 もくれん会</p> <p>10:00～ 手芸同好会</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 水墨画教室</p> <p>15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 歌声サロン</p> <p>15:30～ 百歳体操コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 城東ヨガ④</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>12:30～ 15:30～ 城東俳句会 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 15:30～ 新舞踊同好会 百歳体操コスモス</p> <p>10:00～ 100メーター 健康体操</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 民謡教室1 15:30～ 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ フォーク ダンス</p> <p>13:30～ 3B体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 健康体操</p> <p>13:00～ 新舞踊同好会 15:30～ 百歳体操コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 サークル</p> <p>13:00～ 大人のぬり絵 教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手芸同好会</p> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ 水墨画教室</p> <p>15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
多目的室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ ペン字 研究会</p> <p>13:00～ 水墨画教室</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 手話 サークル</p> <p>13:30～ 城東ヨガ④</p> </div> </div>													
大広間	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>10:00～ 百歳体操 さくら</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>10:30～ 笑いヨガ サークル</p> <p>13:00～ 15:30～ 民謡教室2 百歳体操コスモス</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>お誕生会</p> <p>15:30～ 百歳体操 コスモス</p> </div> </div>													
講習室	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>★フリースペース パソコン常設</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>13:00～ ウエルネス ダーツ</p> </div> </div>													
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16