

# 堺市立東老人福祉センター行事予定

R7

6月		行事予定	
		午前	午後
1	日	休館日	
2	月	卓球	
3	火		
4	水		
5	木		
6	金	10:30 健康測定会	13:30 健康測定会
7	土	認知症サポーター養成講座(10:00~) 市民開放日(13:30~センターズカフェ)	
8	日	休館日	
9	月		
10	火		
11	水	卓球	
12	木		
13	金	卓球	13:30 脳トレ講座
14	土	市民開放日(13:30~3B体操交流会)	
15	日	休館日	
16	月		
17	火	卓球	13:30 口腔講座①
18	水		
19	木	10:00 わくわく体操	13:30 シネマ①
20	金		
21	土	認知症サポーター・フォローアップ講座(10:00~) 市民開放日(13:30~ボードゲーム交流会)	
22	日	休館日	
23	月	10:00元気ハツラツ体操	
24	火		13:30 歌広場
25	水	卓球	
26	木	10:00 わくわく体操	
27	金	卓球	13:30 シネマ②
28	土	市民開放日(13:30~3B体操交流会)	
29	日	休館日	
30	月		

**健康測定会 申込不要**  
6日(金) ①10:30~11:30  
②13:30~14:30  
身長、体重、血圧、脈拍、フレイル度診断など

**脳トレ講座(定員35名)**  
13日(金) 13:30~14:30  
体操、ゲームなど  
前回講座終了時以降、随時受付申込み

**リフレッシュ講座(定員40名)**  
17日(火) 13:30~14:30  
内容:口腔講座①  
講師 歯科栄養士  
6/2から申込み受付開始

**歌広場レインボー(定員35名)**  
24日(火) 13:30~15:00  
ボイストレーナーと楽しく歌いましょう!  
6/2から申込み受付開始

**センターシネマ 申込不要**  
**「記憶にございません」**  
19日(木) 13:30~15:30  
27日(金) 13:30~15:30  
大広間:定員40名

**元気ハツラツ体操(定員20名)**  
筋力アップで転倒防止!  
23日(月) 10:00~11:00  
6/9から受付申込み

**わくわく体操(定員20名)**  
第2クール 6/19、6/26、7/17、7/24  
いずれも 10:00~11:00  
5/26から受付申込み

**市民開放日**  
さまざまな世代の地域の人と交流しませんか  
**毎週土曜日:13:30~15:00**  
①センターズカフェ  
6/7 (定員なし・申込不要)  
②ボードゲーム交流会 (定員20名)  
6/21 土 13:30~15:00  
6/2~から受付申込み

**体操と散策**  
10:00~ 毎営業日 申込不要  
(体操:ラジオ体操第1・コッカラ体操)  
(散策:萩原神社 往復 雨天中止)

**卓球 使用日の前日から申込み受付開始**  
6/2(月),11(水),13(金),  
17(火),25(水),27(金)  
いずれもAM枠のみ  
AM ①9:20~ ②10:10~ ③11:00~  
PM ④13:00~ ⑤14:00~⑥15:00~

**電話 072-287-8150**