



2021年 12月 きららシニアサロン予定表



コロナウイルス感染予防の為、お休みの場合がありますので詳しくはお電話で

| 月曜日   | 火曜日  | 水曜日  | 木曜日  | 金曜日   | 土曜日  | 日曜日 |
|---|--|--|--|---|--|-----|
| 11/29   | 11/30  | 1  | 2  | 3   | 4  | 5   |
|  <p>きららデイサービス・グループホームきらら<br/>きらら街かどデイハウス<br/>ケアプラステーション<br/>グループホームきらら摂津峡<br/>看護小規模多機能ホームきらら摂津峡<br/>npokilala@gmail.com</p> |  | ☆パソコン 10:00～<br>☆ますます元気体操 13:00～<br>☆写真教室 10:30～<br>☆麻雀 14:30～16:00<br>         | ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆歌声喫茶 10:00～<br>☆卓球 10:45～<br>☆和服リフォーム 13:00～<br>☆手仕事 13:00～<br>ものづくり 13:00～<br>ハーモニカ発表会 13:20～   | 野外活動 10:30～<br>マシン トレーニング 13:30～<br>                         | 健康体操 マシン トレーニング 13:30～<br><br>民謡歌自慢 映画会13:00～   |     |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10  | 11   | 12  |
| ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆クロスワード 9:30～<br>☆手芸・編物 10:00～15:00<br>☆卓球 10:45～<br>ものづくり 13:00～<br>                                   | ☆ますます元気体操 9:30～<br>☆パソコン 11:00～<br>囲碁 10:00～<br>畑で元気 10:30～<br>シッティングタップダンス13:30～<br>マシントレーニング13:30～                               | ☆パソコン 10:00～<br>☆ますます元気体操 13:00～<br>☆麻雀 14:30～16:00<br>ダンス 14:00～<br>           | ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆カラオケ 午前<br>☆卓球 10:45～<br>☆和服リフォーム 13:00～<br>☆手仕事 13:00～<br>習字 10:00～<br>ものづくり 13:00～   | 野外活動 10:30～<br>マシン トレーニング 13:30～<br>                         | 健康体操 マシン トレーニング 13:30～<br>シッティング タップダンス13:30～<br>民謡歌自慢 映画会13:00～   |     |
| 13  | 14   | 15   | 16   | 17  | 18   | 19  |
| ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆クロスワード 9:30～<br>☆手芸・編物 10:00～15:00<br>☆卓球 10:45～<br>ものづくり 13:00～<br>                                 | ☆ますます元気体操 9:30～<br>☆パソコン 11:00～<br>囲碁 10:00～<br>畑で元気 10:30～<br>マシントレーニング13:30～   | ☆パソコン 10:00～<br>☆ますます元気体操 13:00～<br>☆麻雀 14:30～16:00<br>ピアノ演奏会 14:00～15:00<br> | ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆懐かしい歌 午前<br>☆卓球 10:45～<br>☆和服リフォーム 13:00～<br>☆手仕事 13:00～<br>☆ピアノ 13:30～14:30<br>ものづくり 13:00～   | 野外活動 10:30～<br>マシン トレーニング 13:30～<br>                       | 健康体操 マシン トレーニング 13:30～<br><br>民謡歌自慢 映画会13:00～ |     |
| 20  | 21   | 22   | 23   | 24  | 25   | 26  |
| ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆クロスワード 9:30～<br>☆俳句 10:00～<br>☆手芸・編物 10:00～15:00<br>☆卓球 10:45～<br>ものづくり 13:00～<br>ユーモアーズ 14:00～   | ☆ますます元気体操 9:30～<br>☆パソコン 11:00～<br>囲碁 10:00～<br>畑で元気 10:30～<br>シッティングタップダンス13:30～<br>マシントレーニング13:30～                               | ☆パソコン 10:00～<br>☆ますます元気体操 13:00～<br>☆麻雀 14:30～16:00<br>ダンス 14:00～<br>         | ☆ますます元気体操 9:15～<br>☆カラオケ 午前<br>☆卓球 10:45～<br>☆和服リフォーム 13:00～<br>☆手仕事 13:00～<br>習字 10:00～<br>ものづくり 13:00～<br>おもちつき<br> | 野外活動 10:30～<br>マシン トレーニング 13:30～<br>ピアノ演奏会 14:00～15:00<br> | 健康体操 マシン トレーニング 13:30～<br>シッティング タップダンス13:30～<br>民謡歌自慢 映画会13:00～   |     |
| 27  | 28   | 29   | 30   | 31  | 1/1  | 1/2 |
| ものづくり 13:00～<br>   | 囲碁 10:00～<br>畑で元気 10:30～<br>マシントレーニング13:30～<br> | ビーチボール バレー大会<br>  | 【お問い合わせ先】<br>☆：街かど 072-688-6155<br>無印：デイサービス 072-688-0895<br>摂：きらら摂津峡 072-648-3415   |    |  |     |

きらら ホームページ



きららブログ



※御用始め 1月4日

きららは、中、高齢者の社会参加や仲間づくりを支援する特定非営利活動法人です。  
 営利を目的としない組織で、地域の福祉に貢献することをめざします。  
 きらら原大橋：569-1051 高槻市原1109 市バス原大橋下車徒歩1分  
 きらら摂津峡：569-1051 高槻市原3142-1 市バス上の口下車徒歩3分  
 ☆きららホームページ <http://www.npokilala.sakura.ne.jp/>  
 ☆きららブログ <http://ameblo.jp/npokilala/>

