



2025年 3月 きららシニアサロン予定表



※変更する場合がありますので詳しくはお電話でご確認ください

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				2月28日	1	2
きららデイサービス・グループホームきららの家 きらら街かどデイハウス・ケアプランステーション グループホームきらら摂津峡 看護小規模多機能ホームきらら摂津峡				～暮らしの歳時記～ 3月3日はひな祭りです。 昔から日本ではこの日を大切な節句として扱っており 平安時代には川へ紙で作った人形を流して厄よけを するという儀式が、既にあったと言われています。 最初は紙で作った形代だったのですが江戸時代には 宮中の殿上人の装束を模した今の形のような人形に なりました。		健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO!
3	4	5	6	7	8	9
☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 9:30～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシーン 11:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	☆パソコン 10:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀教室 14:30～16:00 	☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編み物 13:00～ 野外活動 10:30～ 	野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 県ヘルマン ハーブ 演奏会 14:00～ 	健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO! 	
10	11	12	13	14	15	16
☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 9:30～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ペン習字 13:30～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	☆パソコン 10:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 	☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編み物 13:00～ 野外活動 10:30～ 歌声喫茶 13:30～ 県カラオケ教室 14:00～ 	野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 県すこやか 1イ'ツツ講座 (オンライン) 10:30～11:30 	健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO! 	
17	18	19	20	21	22	23
☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 9:30～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆俳句 13:30～ 屋外ウォーキング 10:30～ 焼き芋大会 11:00～ 県ゆう・もあーず 14:00～	18 ☆パソコン 11:00～ ☆マシーン 11:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ ゆう・もあーず 14:00～	☆パソコン 10:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 	☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編み物 13:00～ 野外活動 10:30～ 三味線・民謡 14:00～ 	野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 	健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO! 	
24	25	26	27	28	29	30
☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 9:30～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ 屋外ウォーキング 10:30～	☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	☆パソコン 10:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 	☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆手仕事 13:00～ 野外活動 10:30～ カラオケ教室 14:00～ 	野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 県三味線・民謡 14:00～ 	健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO! 	
31	きららは、中、高齢者の社会参加や仲間づくりを支援する団体です。 特定非営利法人きらら・社会福祉法人きらら美桜紅葉会は 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.kirara-npo.com ☆きららブログ http://ameblo.jp/npokilala/				きらら インスタグラムはこちらから ↓↓↓ きらら Instagram きらら ホームページ きらら blog 	

【お問い合わせ先】

☆：街かど 072-688-6155 無印：デイサービス 072-688-0895 摂：きらら摂津峡 072-648-3415