



2025年 9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
1 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 10:00～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	2 ☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	3 ☆ますます元気体操 10:30～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀教室 14:30～16:00 	4 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編物 13:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 野外活動 10:30～ 	5 野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～	6 健康体操 屋外ウォーキング 10:30～	7 
8 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 10:00～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	9 ☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ 	10 ☆ますます元気体操 10:30～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀 14:30～16:00	11 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編物 13:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 野外活動 10:30～ 歌声喫茶 13:30～ 振すこやかエイジング講座 (オンライン) 10:30～ 振カラオケ教室 14:00～ 	12 野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ (★★) 振すこやかエイジング講座 (オンライン) 10:30～	13 健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ 	14
15 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 10:00～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆ペン習字 13:30～ 屋外ウォーキング 10:30～	16 ☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	17 ☆ますます元気体操 10:30～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀 14:30～16:00 	18 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編物 13:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 野外活動 10:30～ 三味線・民謡 14:00～ 	19 野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～	20 健康体操 屋外ウォーキング (★★) 原公民館にて開催 敬老祭 「和太鼓演奏会」13:00～ 	21
22 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 10:00～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆俳句 13:30～ 屋外ウォーキング 10:30～ 振敬老祭 14:00～	23 ☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	24 ☆ますます元気体操 10:30～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀 14:30～16:00	25 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編物 13:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 野外活動 10:30～ カラオケ教室 14:00～ 	26 野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 振民謡・三味線 14:00～ 	27 健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ LET'S GO! 	28
29 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆クロスワード 10:00～ ☆手芸・編物 10:00～15:00 ☆卓球 10:45～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～ 読み聞かせ 15:30～ 	30 ☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 屋外ウォーキング 10:30～	10/1 ☆ますます元気体操 10:30～ ☆ますます元気体操 13:00～ ☆麻雀 14:30～16:00 ☆麻雀 14:30～16:00 	10/2 ☆ますます元気体操 9:15～ ☆卓球 10:45～ ☆和服リフォーム 13:00～ ☆編物 13:00～ ☆ますます元気体操 13:00～ 野外活動 10:30～	10/3 野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～ 	10/4 健康体操 屋外ウォーキング 10:30～ 	10/5

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舎は
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/>

きららデイサービス

グループホームきららの家
街かどデイハウスきららの家
ケアプラステーション

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

メールはこちら

npokilala@gmail.com

(★★)について

どなた様もご参加頂けます(要予約)
予約、詳細は下記までご連絡をお願い
致します

きらら摂津峡 9/12(金) 10:30～
すこやかエイジング講座(オンライン)
☎072-648-3415

原公民館 9/20(土) 11:00～
きらら敬老祭「和太鼓演奏会」
☎072-688-0842

和太鼓演奏会の問い合わせは上記の
電話番号(きららデイサービス)へお願い
します

きらら
ホームページ

きらら
ブログ

きらら
Instagram



ブログ、インスタグラム更新中



【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