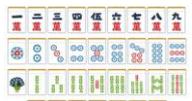




2025年 10月 きららシニアサロン予定表



※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	2	3	4	5
<p>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・カフェ・サロン 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</p> <p>メールはこちら npokilala@gmail.com</p>		<p>☆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</p>	<p>☆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～</p> <p>野外活動 10:30～</p> 	<p>野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～</p>	<p>健康体操 屋外ウォーキング 10:30～</p> 	
6	7	8	9	10	11	12
<p>☆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～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシーン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆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</p> 	<p>☆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～</p> <p>野外活動 10:30～ 歌声喫茶 13:30～</p>  <p>撰カラオケ教室 14:00～</p>	<p>野外活動 10:30～</p> <p>(★★) ヘルマンハープ演奏会 13:30～</p>	<p>健康体操 屋外ウォーキング 10:30～</p>	
13	14	15	16	17	18	19
<p>☆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～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～</p>  <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆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</p> 	<p>☆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～</p> <p>野外活動 10:30～ 三味線・民謡 14:00～</p> 	<p>野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～</p>	<p>健康体操 屋外ウォーキング 10:30～</p> <p>(★★) 撰ヘルマンハープ演奏会 14:00～</p>	
20	21	22	23	24	25	26
<p>☆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～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆マシーン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆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</p>	<p>☆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～</p> <p>野外活動 10:30～ カラオケ教室 14:00～</p> 	<p>野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～</p> <p>(★★) 撰すこやか エイジング講座 (オンライン) 10:30～ 撰三味線・民謡 14:00～</p>	<p>健康体操 屋外ウォーキング 10:30～</p> 	
27	28	29	30	31	11/1	11/2
<p>☆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～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～ 読み聞かせ 15:30～</p> 	<p>☆ますます元気体操 9:30～ ☆パソコン 11:00～ ☆ますます元気体操 13:00～</p> <p>屋外ウォーキング 10:30～</p>	<p>☆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</p> 	<p>☆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～</p> <p>野外活動 10:30～</p>	<p>野外活動 10:30～ 書道教室 14:00～</p> 	<p>健康体操 屋外ウォーキング 10:30～</p>	

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町葉舎は  
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/>

話題沸騰中!

きらら  
ホームページ



きららブログ



きらら  
Instagram



(★★)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

注目!!

●原大橋 ☎072-688-0895  
10/10(金) 13:30～  
ヘルマンハープ演奏会

●きらら摂津峡 ☎072-648-3415  
10/18(土) 14:00～ 10/24(金) 10:30～  
ヘルマンハープ演奏会 すこやかエイジング講座(オンライン)



【お問い合わせ先】

☆：街かど 072-688-6155

無印：デイサービス 072-688-0895

撰：きらら摂津峡 072-648-3415