

※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 元日	2	3	4
 <p>2026年も宜しく お願い致します</p>  <p>きららデイサービス・グループホームきらら 街かどデイハウスきららの家・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</p> <p>メールはこちら npokilala@gmail.com</p>						
5	6	7 七草	8	9	10	11 鏡開き
屋外ウォーキング 10:30~	屋外ウォーキング 10:30~	☆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 	☆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~  撰カラオケ教室 14:00~	野外活動 10:30~ 書道教室 14:00~ (★★) LET'S GO! 撰すこやかエイジング講座 体操(オンライン)10:30~	健康体操 屋外ウォーキング 10:30~ 	
12	13	14	15 小正月	16	17	18
☆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~	☆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~  屋外ウォーキング 10:30~	☆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 野外活動 10:30~ 三味線・民謡 14:00~	☆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~	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~ 	
19	20	21 大寒	22	23	24	25
☆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~	☆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~ 屋外ウォーキング 10:30~	☆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 	☆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~	野外活動 10:30~ 書道教室 14:00~ 撰「和の時間」三味線と着物コンテスト 14:00~15:00 	健康体操 屋外ウォーキング 10:30~ 	
26	27	28	29	30	31	2月1日
☆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~ 味噌用麹づくり 10:00~ 屋外ウォーキング 10:30~ 読み聞かせ 15:30~ 	☆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~ 屋外ウォーキング 10:30~	☆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 野外活動 10:30~ 味噌づくり 13:30~	☆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~ 味噌づくり 13:30~	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~ 	

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/>

和の時間 三味線と着物コンテスト 1/23 14:00~15:00 開催
 一部、誤った開催日で発行されている書面があります。
 お詫び申し上げます。

(★★)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 ☎072-648-3415

1/9(金) 10:30~ すこやかエイジング講座(オンライン)

注目 →

