

2025年10月スケジュール表

2025/9/24現在

門真市老人福祉 3 施設は 門真市在住、60歳以上の方が利用いただけます

◆高齢者施設であるため、手指消毒と可能な限りのマスク着用をお願いします。

◆のどの痛み・咳・発熱などの症状のある場合は施設のご利用をお控えください。

老人福祉センター ★印…利用時間については各サークルにお問い合わせ下さい。 門真市御堂町12-5 ☎06-6903-7771				
第1週	1	水	(準備) おしゃべり会 (女性部)	大極拳 はなみずき (大極拳)
	2	木	9:30~百歳体操 ★えにし (カラオケ)	くすのき (書道) 琴寿会 (大正琴)
	3	金	なかよしOB会 (カラオケ)	ひまわり (キラキラ体操) 写仏・写経教室①
	4	土	あじさい会 (カラオケ) コスモス健康体操 (体操)	よろずカフェ (第3地域包括) 若手委員会 (市老連) 吟友会 (詩吟)
	5	日	休 館 日	
第2週	6	月	ブルースター会 (カラオケ)	くすの木会 (書道) 門真市ディスコン協会 ぬり絵教室①
	7	火	【注意】↓申込者はすべらない靴で参加してください 流行り歌ピクス (午後2~3:30)	つくしんぼ (ペン習字) 【玄関】ロビー体操(12~12:15) つつるつるカムカム(10:30~12ごろ) (折り鶴で介護予防) 人権相談 (人権市民相談課)
	8	水	カラオケ同好会 (カラオケ)	花みずき (手編み) さつき会 (物づくり)
	9	木	9:30~百歳体操 10:30~はつらつ体操 カラ友会 (カラオケ)	若葉会 (銭太鼓) 写経・写仏教室②
	10	金	あじさい会 (カラオケ)	健康麻雀「憩い」 (麻雀) 理事会 (市老連) ビリヤード月例会
第3週	11	土	ホトトギス会 (カラオケ)	ナイスミディ門真 (フラダンス) ダ・カーポ (コーラス)
	12	日	休 館 日	
	13	月	休 館 日	
	14	火	つつるつるカムカム (カラオケ、折り紙など) うぐいす (カラオケ)	脳トレ教室 【玄関】ロビー体操(12~12:15) 10/14~10/16 作品展示 展示品保管 (市老連)
	15	水	キュービー (パッチワーク) コスモス健康体操 (体操)	お話レインボーズ (読み聞かせ) さつき会 (物づくり)
第4週	16	木	9:30~百歳体操 作品展示準備 (市老連)	くすのき (書道) ぬり絵教室② タブレット教室 1回目(午後1:30~)
	17	金	10/17~10/18 作品展示 (市老連)	ひまわり (キラキラ体操) 銭太鼓歩 (銭太鼓) 手作り体験会 (市老連) 10/17~10/18
	18	土	10/17~10/18 作品展示 (市老連)	ナイスミディ門真 (フラダンス) 手作り体験会 (市老連)
	19	日	休 館 日	
	20	月	くすの木会 (書道) 門真市ディスコン協会	お話レインボーズ (読み聞かせ) つつるつるカムカム(10:30~12ごろ) (折り鶴で介護予防)
第5週	21	火	ブルースター会 (カラオケ)	つくしんぼ (ペン習字) 【玄関】ロビー体操(12~12:15)
	22	水	映画会 "ALWAYS 続・三丁目の夕日" (10~) カラオケ同好会 (カラオケ)	花みずき (手編み)
	23	木	9:30~百歳体操 10:30~はつらつ体操 カラ友会 (カラオケ)	 【玄関】パン販売 (11:15~) タブレット教室 2回目(午後1:30~)
	24	金	(準備) 会長会議 (市老連)	銭太鼓歩 (銭太鼓) ビリヤード月例会
	25	土	ホトトギス会 (カラオケ)	
第6週	26	日	休 館 日	
	27	月	緑寿会 (カラオケ)	健康麻雀「憩い」 (麻雀) ギルトタイム (パッチワーク) 折り紙あそび (折り紙)
	28	火	うぐいす (カラオケ)	脳トレ教室 【玄関】ロビー体操(12~12:15) つつるつるカムカム(10:30~12ごろ) (折り鶴で介護予防)
	29	水	あじさい会 (カラオケ)	
	30	木	★えにし (カラオケ)	タブレット教室 3回目(午後1:30~)
31	金	なかよしOB会 (カラオケ)	認知症サーポーター養成講座 (第3包括)	グランドゴルフ大会準備 (市老連)

		ふれあいセンター 門真市岸和田3-44-11 ☎072-886-0015	
第1週	1 水	ストレッチ体操 2 0 2 5 ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
	2 木	写経・写仏教室① 蓮の華（太極拳）	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操
	3 金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）	百歳体操 女性麻雀教室
	4 土	感謝のつどい 感謝のつどい	感謝のつどい 感謝のつどい 感謝のつどい
	5 日	休 館 日	
第2週	6 月	アートアップル（絵手紙） 南交社交ダンス・カラオケ	脳トレ教室 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	7 火	ひまわり（書道） アマリリス（卓球）	百歳体操
	8 水	ストレッチ体操 2 0 2 5 カラオケ喜楽会	百歳体操 こねこねクラブ（クレイクラフト） 女性麻雀教室
	9 木	歌声喫茶 あすなろ（カラオケ）	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操
	10 金	プラス60（体操） ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
第3週	11 土	H31 ポッチャ（ボール競技） PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸） 百歳体操
	12 日	休 館 日	
	13 月	休 館 日	
	14 火	アートアップル（手芸） アマリリス（卓球）	百歳体操
	15 水	ストレッチ体操 2 0 2 5 ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
第4週	16 木	蓮の華（太極拳） アートアップル（輪投げ）	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操
	17 金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）	百歳体操 女性麻雀教室
	18 土	カラオケ OR 卓球開放日 H31 ポッチャ（ボール競技）	百歳体操
	19 日	休 館 日	
	20 月	ぬり絵教室① 南交社交ダンス・カラオケ	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
第5週	21 火	ひまわり（書道） あすなろ（カラオケ）	百歳体操
	22 水	ストレッチ体操 2 0 2 5 カラオケ喜楽会	百歳体操 こねこねクラブ（クレイクラフト） 女性麻雀教室
	23 木	カラオケ OR 卓球開放日 あすなろ（カラオケ）	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操
	24 金	プラス60（体操） ドリームカラオケ	人権相談  百歳体操・パン販売（11～） 女性麻雀教室
	25 土	ぬり絵教室② PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸） 百歳体操
第6週	26 日	休 館 日	
	27 月	脳トレ教室 南交社交ダンス・カラオケ	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	28 火	写経・写仏教室② アマリリス（卓球）	百歳体操
	29 水	カラオケ OR 卓球開放日 カラオケ OR 卓球開放日	百歳体操 女性麻雀教室
	30 木	歌声喫茶 カラオケ OR 卓球開放日	基友会 2 0 1（囲碁） 基友会 2 0 1（囲碁） 百歳体操
31 金	第5包括（消費者センター） カラオケ OR 卓球開放日	百歳体操 女性麻雀教室	

		☎老人福祉センターまで 交流サロン 門真市沖町28-2		
第1週	1	水	和紙ちぎり絵（和紙ちぎり絵）	
	2	木	花水木A（体操） 門真市ディスコン協会	
	3	金	ふるさと会（民謡） ディスコン健遊会	
	4	土	すずめクラブ（麻雀）	
	5	日	休 館 日	
第2週	6	月	スイートビー（大正琴） 八重桜（折り紙）	
	7	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）	
	8	水	沖校区福祉委員会 （いきいきサロン）	
	9	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会	
	10	金		
第3週	11	土	歩こう会（会議） ブルメリア（フラダンス）	
	12	日	休 館 日	
	13	月	休 館 日	
	14	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）	
	15	水	ディスコン健遊会 舟田南楽笑会（百歳体操）	
第4週	16	木	花水木A（体操） 門真市ディスコン協会	
	17	金	子育てサロン ディスコン健遊会	
	18	土	スイートビー（大正琴）	
	19	日	休 館 日	
	20	月	スイートビー（大正琴） 八重桜（折り紙）	
第5週	21	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）	
	22	水	舟田南楽笑会（百歳体操）	
	23	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会	
	24	金	ふるさと会（民謡）	
	25	土	スイートビー（大正琴） ブルメリア（フラダンス）	
第6週	26	日	休 館 日	
	27	月	すずめクラブ（麻雀） 八重桜（折り紙）	
	28	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）	
	29	水		
	30	木	門真市ディスコン協会	
第7週	31	金		