

向日市老人福祉センター「桜の径」 令和7年7月 センターニュース

向日市上植野町南開66-1(電話934-1515 FAX935-1808)

		大 広 間		会議室	さくらつつじ	ひまわり	プレールーム	西向日運動広場	
		午 前	午 後		午 後	午 後		午 前	午 後
1	火	リズムでストレッチ	リズムでストレッチ	介護予防事業			卓 球	古老賀寿会	ソフトボール
2	水	ソロシンガー			将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトテニス
3	木	1.3太極拳	シングソングス	(午前) CDサークル			卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
4	金				将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトボール
5	土		カラオケ同好会		モルッククラブ		卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
6	日	休 館 日							
7	月	健保会	ピラティス潤		将棋		ビリヤード	ソフトテニス	ソフトテニス
8	火	リズムで桜サークル	リズムでショーラ			老健会	卓 球	古老賀寿会	ソフトボール
9	水	園 芸	マハロフラ		将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトテニス
10	木	2.4太極拳	ピラティス教室	(午後) フォトクラブ			卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
11	金	フォークダンス輪	華体操		将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトボール
12	土						卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
13	日	休 館 日							
14	月	ソロシンガー	ピラティス潤	(午前)折り紙	将棋		ビリヤード	ソフトテニス	ソフトテニス
15	火	リズムでストレッチ	リズムでストレッチ	介護予防事業			卓 球	古老賀寿会	ソフトボール
16	水	ソロシンガー	カラオケ同好会		将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトテニス
17	木	1.3太極拳	シングソングス				卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
18	金				将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトボール
19	土							古老賀寿会	ソフトテニス
20	日	休 館 日							
21	月	休 館 日							
22	火	リズムで桜サークル	リズムでショーラ				卓 球	古老賀寿会	ソフトボール
23	水		マハロフラ		将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトテニス
24	木	2.4太極拳	ピラティス教室				卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
25	金	フォークダンス輪	華体操		将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトボール
26	土		カラオケ同好会				卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス
27	日	休 館 日							
28	月	ソロシンガー	健保会		将棋		ビリヤード	ソフトテニス	ソフトテニス
29	火						卓 球	古老賀寿会	ソフトボール
30	水				将棋		ビリヤード	古老賀寿会	ソフトテニス
31	木		サークル説明会(予定)				卓 球	古老賀寿会	ソフトテニス

夏本番を迎えました。夏の睡眠不足は熱中症のリスクを高くするので、睡眠時間を大切にして体調を整え、こまめな水分摂取や、エアコンをうまく活用するなどの熱中症対策を行い、みんなで暑い夏を乗り切りましょう。

熱中症特別警戒アラート、熱中症警戒アラート発表時は、外での運動は原則中止です。外出を避け、涼しい屋内で過ごしましょう。

向日市老人福祉センター「琴の橋」 令和7年7月 センターニュース

向日市寺戸町三ノ坪20（電話924-0800 FAX924-0801）

		和 室(1階)		大 広 間(2階)		創作工房室(2階)		調理室
		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	
1	火		奇術研究会	卓 球	囲碁・将棋 吹き矢	趣 味	習字友の会	
2	水		ぬり絵	チェリーフラ				
3	木		裏千家茶道	ソーシャルダンス	囲碁・将棋	木曜陶芸	木曜陶芸	
4	金	男の料理教室		健康体操	卓 球			
5	土			ヨ ガ	いきいき レディスクラブ	楽々麻雀		男の料理教室
6	日	休 館 日						
7	月			太極拳・気功	卓 球	月曜陶芸	月曜陶芸	
8	火			卓 球	囲碁・将棋		習字友の会	
9	水			チェリーフラ	輪 投 げ	アイリス		
10	木		老 健 会	ソーシャルダンス	囲碁・将棋	木曜陶芸	木曜陶芸	
11	金		裏千家茶道	健康体操	卓 球	楽々麻雀	カ メ ラ	
12	土			卓 球	将 棋		パソコン	
13	日	休 館 日						
14	月			太極拳・気功	卓 球	月曜陶芸	月曜陶芸	
15	火		奇術研究会	卓 球	囲碁・将棋 吹き矢	趣 味	習字友の会	
16	水		ぬり絵	チェリーフラ				
17	木	サークル説明会		ソーシャルダンス	囲碁・将棋	木曜陶芸	木曜陶芸	
18	金			健康体操	卓 球			
19	土			ヨ ガ	いきいき レディスクラブ	楽々麻雀	パソコン	
20	日	休 館 日						
21	月	休 館 日						
22	火			卓 球	囲碁・将棋	水彩画教室	水彩画教室	
23	水			チェリーフラ	輪 投 げ	アイリス		
24	木		俳句竹の会	ソーシャルダンス	囲碁・将棋	木曜陶芸	木曜陶芸	
25	金		裏千家茶道	健康体操	卓 球	楽々麻雀		
26	土			卓 球	将 棋		パソコン	
27	日	休 館 日						
28	月			太極拳・気功	卓 球	月曜陶芸	月曜陶芸	
29	火			卓 球				
30	水							
31	木	特 別 清 掃						



夏本番を迎えました。夏の睡眠不足は熱中症のリスクを高くするので、睡眠時間を大切にして体調を整え、こまめな水分摂取や、エアコンをうまく活用するなどの熱中症対策を行い、みんなで暑い夏を乗り切りましょう。

熱中症特別警戒アラート、熱中症警戒アラート発表時は、外での運動は原則中止です。外出を避け、涼しい屋内で過ごしましょう。