

Summary table of activities by day of the week (月 to 土) with details on walking, crafts, and other programs.

【不定期開催】卓球(午前) | 9:00~11:50 卓球(午後) | 13:00~15:50 囲碁・将棋 | 13:00~15:00

(同) | 同好会活動(会員制) ※途中入会可の同好会あり ■ | 定期講座(年間・半年の申込制) ★ | 当日参加可能(事前申込不要) ● | 単発講座(事前申込制) ▼ | 左京区地域介護予防推進センター受付(TEL707-2730)

Main activity schedule table with columns for days of the week and time slots (午前/午後) for various activities like table tennis, crafts, and lectures.

休館日 (スポーツの日)

11月『血管年齢測定』 9日(木) 10:30~11:30 (10名) 申込 | 10月16日(月) ※今月は15日が日曜なので16日から先着順で受付します! (電話可)

10月『筋肉量測定』 27日(金) 14:00~(5名) 15:00~(5名) 申込 | 10月2日(月) ※今月は1日が日曜なので2日から先着順で

大人のぬり絵サロン 日時: 10月13日(金)、17日(火) 午後1時30分~ 会場: 当センター 多目的室 定員: 15名(先着順) 持ち物: 上履き、飲み物、色鉛筆 申込: 9/30(土)午前9時から受付開始(電話可)

秋の文化祭 舞台発表班 準備