

毎月15日発行

東住吉区



令和6年

1月号

老人福祉センターだより



(発行)大阪市立東住吉区老人福祉センター

〒546-0032 大阪市東住吉区東田辺2-11-28

☎ 06-6699-3000 / FAX 06-6697-6686

(運営)

社会福祉法人大阪市東住吉区社会福祉協議会

同好会発表会in区民ホール



当センターで活動されている、各同好会による発表会です。日頃の練習の成果を一生懸命に発表させていただきますので、是非ともたくさんの方のご来場をお待ちしております。どうぞ最後までご鑑賞をお願いいたします。

日時 1月28日(日) 開会12時30分から閉会16時

会場 東住吉区役所3階(区民ホール)

参加予定同好会 コーラス・詩吟・詩舞・大正琴・太極拳・ハーモニカ・フラダンス・民謡・民謡・謡曲・ヨガ

笑いで健康に

笑いで健康には健康講話を楽しくお話してくれます。

日時 1月9日(火)午後13時30分から14時30分

場所 センター内

定員 40名



申込み 12月26日(火)午前10時から午後3時
※申込み多数の場合は抽選

新春らくてん寄席

毎年恒例のらくてん会による新春寄席です。

日時 1月13日(土)午後14時から16時

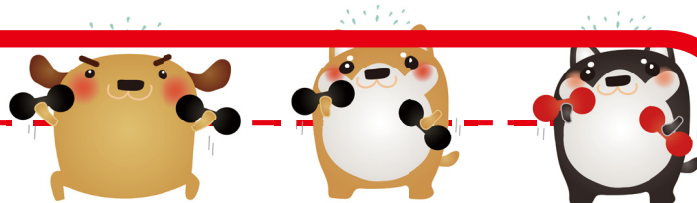
場所 センター内

定員 40名



申込み 12月22日(金)午前10時から午後3時
※申込み多数の場合は抽選

筋肉貯筋



対象者：市内在住 60 歳以上

開催日：1 月 18 日（木）A メニュー（上半身）時 間：14：30～15：00

1 月 25 日（木）B メニュー（下半身）定 員：20 名

申 込：1 月 11 日（木）10：00～15：00

お電話にてお申込み。締め切り後抽選し、落選者にお電話します。

年末配布のシニアの学び舎は、採点の都合上、特別号を配布いたします。
(第 3・4 週) ご了承ください。

おとなの図工

なにかを作ることってたのしいですよ！
2 月のカレンダーを自作して飾りましょう♪

日 時 1/24（水）13 時半～

場 所 センター内

定 員 16 名

申込み 1/10 10 時～15 時
抽選後、落選者にお電話



血管年齢測定 と楽しい話

血管は健康の基礎の基礎…
この機会にご自身の身体年齢を測りましょう！

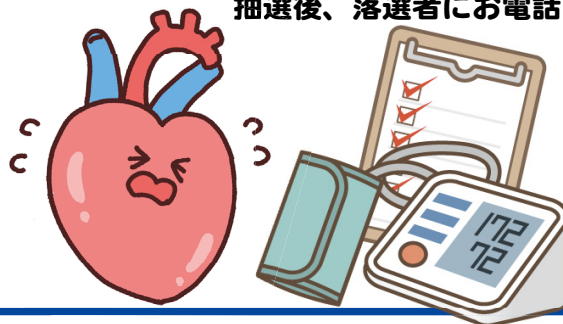
日 時 1/26（金）

13 時半～測定開始

場 所 センター内

定 員 各 30 名

申込み 1/12 10 時～15 時
抽選後、落選者にお電話



～ 東住吉区同人福祉センターの案内 ～

各区の老人福祉センターは、市内在住の
60 歳以上の方がご利用できます。

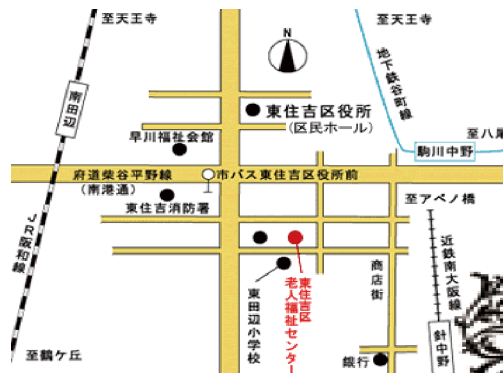
利用時間：午前 10 時～午後 5 時

休 館 日：日曜・祝日・年末年始

＜最寄駅＞

地下鉄谷町線【駒川中野】駅から徒歩 8 分

※初回利用時に利用登録を行い、利用証の発行を
行ってください。保険証等と緊急連絡先が必要です。



11月の行事報告

11月22日（水）【シニア向け AED 講習会】



東住吉消防署の方にお越しいただき、心肺蘇生法などの実演を交えて、AEDの使用方法や、使用に関する知識をご説明いただきました。



これもひとつの【もしもの備え】デスヨ!!!
年末年始、健康に、安全に、お過ごしください♪

1月28日開催予定【令和5年度同好会発表会】

に関する、「発表会実行委員会」を開催いたします。
運営委員等、該当者は必ずご出席をお願いします。

実行委員会 1月17日（水）14:00～



東住吉区老人クラブ連合会 会員様限定

木曜日に区民ホールにて開催

健康体操教室

注≫東住吉区老人クラブ連合会に
会員登録されている方です
東住吉区老人福祉センターに
利用登録されている方は違います



1月は、11日・18日 開催です！



自宅で

- ▶ 事前登録制です。当日の飛び込み参加や見学はできません。
 - ▶ 登録用紙を下記区老連事務局まで必ずご提出ください。
 - ▶ 令和6年度の参加申込書を、R5,12月21日より配付いたします。
令和6年度の参加申込書は、R6, 1月11日から受付いたします。
- ※区民ホール内での申込書の記入は固くお断りしております。



東住吉区老人クラブ連合会

☎06-6691-7675

老人クラブ通信
No.78

平日 / 10:00 ~ 16:00





行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
						ヨガ 将棋
		休館日	休館日	学び舎	いきいき百歳体操	
7	8	9	10	11	12	13
		コーラス教室	民謡②	コーラス	フラダンス	太極拳
		民謡		書道教室		英会話
		笑いで健康			華道	
		いきいき百歳体操	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	寄席
14	15	16	17	18	19	20
	ハーモニカB	新舞踊	オープンホビー	書道①	フラダンス	ヨガ
	民謡①	大正琴①	謡曲	筋肉貯金A	詩吟	将棋
	ハーモニカA	民謡	発表会委員会	書道②	フラダンス教室	
	大正琴②	いきいき百歳体操	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	
21	22	23	24	25	26	27
	ハーモニカB	大正琴①	謡曲	詩舞	詩舞	太極拳
	大正琴②		コーラス	囲碁		英会話
			図工	筋肉貯金B	血管年齢測定	
	ハーモニカA	いきいき百歳体操	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	民謡②
28	29	30	31			
		いきいき百歳体操	学び舎			

謹賀新年