

東住吉区 令和6年 2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

結核定期健康診断と感染症の話し

結核患者増加傾向にあり結核に係る健康教育と結核定期健康診断を実施します。*レントゲン撮影があります。

日時 2月1日(木)13時30分から14時30分

場所 センター内

定員 20名

申込み 1月18日(木)午前10時から午後3時
*申込み多数の場合は抽選



認知症予防講座

5人に1人が認知症を発症する時代。認知症について正しく学びましょう。

日時 2月7日(水)13時30分から14時30分

場所 センター内

定員 20名

申込み 1月25日(木)午前10時から午後3時
*申込み多数の場合は抽選



脳トレ&レクリエーション

脳トレゲームに参加しませんか?脳を鍛えることは身体にも良いことなのでどんどん脳を鍛えましょう。

日時 2月21日(水)13時30分から午後3時

場所 センター内

定員 30名

申込み 2月7日(水)午前10時から午後3時
*申込み多数の場合は抽選



高齢者のための初心者教室

令和6年度、高齢者のための初心者教室開催します。

日時 4月から令和7年3月までの1年間
*月1回(全12回)無料

場所 センター内

教室名 コーラス・書道・フラダンス・民謡
申込み 2月15日(木)から3月15日(金)
午前10時から午後3時
各教室20名募集します



筋肉貯筋



対象者：市内在住 60 歳以上

開催日：2月15日（木）Aメニュー（上半身）時間：14：30～15：00
2月22日（木）Bメニュー（下半身）定員：20名

申込：2月8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。

音楽健康教室

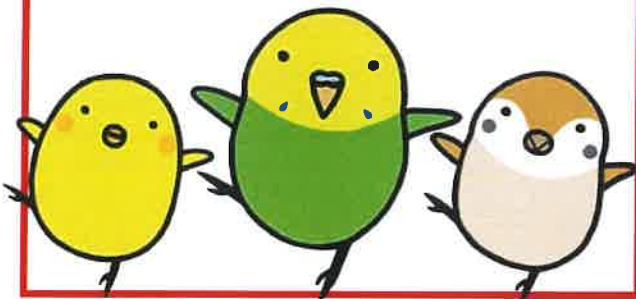
カラオケでお馴染みの第一興商さんの音楽健康指導士が健康をサポートします！

日時 2/6（火）14時～15時半

場所 区民ホール（区役所内3階）

定員 60名

申込み 1/23 10時～
先着順、定員まで受付



笑いで健康に

若さの秘訣は笑うこと、かも？
笑って心身ともに健康を維持しよう！

日時 2/13（火）

13時半～

場所 センター内

定員 各30名

申込み 1/30 10時～15時
抽選後、落選者にお電話



～ 東住吉区老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。



毎週土曜
14時～14時半
各日毎申込制

申込開始日
1/26(金)10時より
先着順

若返りに特化した、
シニア向けダンス教室を開催します。
体力に自信がなくても、
リズム感に自信がなくても、
とりあえず試したいだけでも、
たった1日から
お申し込み可能なプランです。
まず、はじめてみませんか、
あなたの若返りの第一歩

ダンス Dance de アンチエイジング

参加無料

100歳すぎても動けるカラダ
100歳すぎても魅力のカラダ

東住吉区老人クラブ連合会 会員様限定

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

木曜日に区民ホールにて開催

健康体操教室



2月は、1日のみの開催です！



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。
※健康体操教室の老センでの受付は、月・火・金曜の10時～15時です。



東住吉区老人クラブ連合会 ☎06-6691-7675 老人クラブ通信
平日 / 10:00～16:00 No.79



行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
福寿草は幸せを招く、幸福の花と呼ばれ縁起が良いといわれています。しかしその花や葉には毒があるので、プレゼントとして贈る花には適していません。				1	2	3
				結核		ヨガ 将棋
				学び舎	いきいき百歳体操	
4	5	6	7	8	9	10
立春	ハーモニカB	大正琴①	民謡②	コーラス	フラダンス	太極拳
				書道教室		英会話
		音楽健康教室	認知症予防	いきいき百歳体操	華道	
	ハーモニカA	民謡	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	ハイキング
11	12	13	14	15	16	17
建国記念日	振替休日 休館日	コーラス教室		書道①	フラダンス	ヨガ
				筋肉A	詩吟	将棋
		笑いで健康		書道②	フラダンス教室	
		いきいき百歳体操	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	
18	19	20	21	22	23	24
	民謡①	新舞踊	オープンホビー	詩舞	天皇誕生日 休館日	太極拳
	ハーモニカB	謡曲②		囲碁		英会話
		民謡	脳トレ	筋肉B		
	ハーモニカA	いきいき百歳体操	学び舎	学び舎		
25	26	27	28	29		
	大正琴②	大正琴①	コーラス			
				華道		
				展示会準備		
		いきいき百歳体操	学び舎	学び舎		

今年の恵方は

東北東

です。

