

毎月15日発行

東住吉区 令和6年 5 月号

老人福祉センターだより



友達募集中
LINEでお友達
登録してね

(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

令和6年度 《同好会代表者会のお知らせ》

令和6年度、同好会代表者会を開催します。今年度の会長選任・発表会・展示会についての大切な会議となりますので、どうぞ、よろしくお願いいたします。

日時 5月29日(水) 午後2時～

場所 東住吉会館(大会議室)

議題 ①会長の選任 ②発表会、展示会について



骨カルシウムセミナー

骨に欠かせない栄養素カルシウムについて学びます。

日時 5月9日(木)午後13時30分から14時30分

場所 センター内

定員 30名

申込み 4月26日(金)午前10時から午後3時まで
※申込み多数の場合は抽選



防災セミナー

災害について自身の身を守るため、体験し学びます。

日時 6月6日(木)13時30分から14時30分

場所 阿倍野防災センター

※現地集合解散

定員 30名

※保険料30円徴収します。

申込み 5月16日(木)午前10時から午後3時まで
※申込み多数の場合は抽選



定例事業の広場（毎月定例開催のイベント申込一覧）

	笑いで健康に	大人の図工	筋肉貯筋
内容	病は気から、健康は笑いから！健康講和と笑顔で元気をチャージしましょう	手先を使うってイイコトです。作品は持って帰って飾れますよ！	ボールを使って筋トレしましょう。スローな音楽と呼吸でムリなく鍛えて♪
開催日時	5月14日（火） 13：30～15：00	4月15日（水） 13：30～15：00	A（上半身）5/16 B（下半身）5/23 14：30～15：00
申込	5月1日（水） 10：00～15：00	4月17日（水） 10：00～15：00	5月2日（木） 10：00～15：00
参加確定	定員40名 超えた場合は抽選後落選者に連絡	定員16名 超えた場合は抽選後落選者に連絡	定員各20名 超えた場合は抽選後落選者に連絡

だれでも百歳体操

たった30分で、日常必要な基礎筋力が得られます！継続こそ力なり♪

月	火	水	木	金	土
×		1	2	×	×
×	7	8	×	10	×
×	×	×	16	17	×
×	21	22	23	24	×
×	28	×	30	31	

上記日程 各日13：30～14：00
随時お申し込み受付、先着順



ダンスdeアンチエイジング

若々しさは動けるカラダ♪

30分の簡単なダンスで若々しさをゲットして！

月	火	水	木	金	土
×		1	2	×	4
×	7	8	×	×	11
×	×	×	×	×	18
×	21	22	×	24	25
×	28	×	30	31	

上記日程 各日14：15～14：45
随時お申し込み受付、先着順



～ 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。

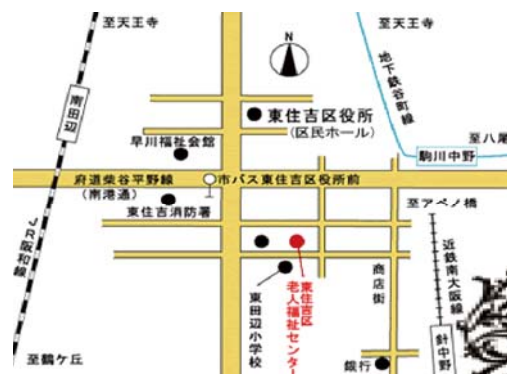
利用時間：午前10時～午後5時

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。



3月の事業報告



【1日～7日 同好会作品展覧会】
たくさんの方のご来場、誠に
ありがとうございました。
今年度は職員も頑張って作品を
展示…できたらいいかなと（笑）

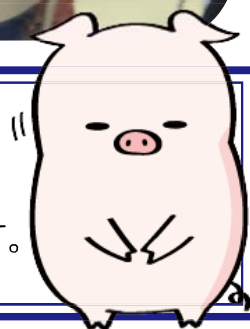
11日（月）

城南学園高等学校【春を迎えるコンサート】
吹奏楽の音っていいですね～♪
迫力と清々しさに魅了された1時間でした!!!



利用証の更新を行っています

普段ご提示いただいておりますが、一度ご持参ください。
緊急連絡先等の確認及び、更新済の押印をさせていただきます。
ご協力をよろしくお願いいたします。



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
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



令和6年度から時間帯が変わります！

5月は、9・16・23・30日開催です！

A → 13:45 ～ 14:45
B → 15:00 ～ 16:00

▶ 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。

※ 令和6年度の（一次）参加申込みは、R6.03.21.で〆切りしました。

※ 二次受付は定員に達し次第、終了いたします。

※ 健康体操教室のお問合せは、月・火・金曜の10時～16時です。

上記、曜日・時間外のお問合せ・お申込みは受け付けておりません。

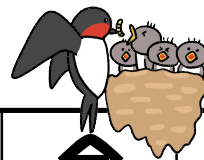
東住吉区老人クラブ連合会

☎ 06-6691-7675
平日 / 10:00 ～ 16:00

老人クラブ通信
No.82



行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
BIRD WEEK			1	2	3	4
			民謡② 謡曲		憲法記念日	みどりの日
			アンチエイジング	アンチエイジング	🇯🇵🇯🇵	
			学び舎	学び舎	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 	振替休日 休館日	大正琴①		囲碁 コーラス		太極拳
		アンチエイジング		書道教室	華道	英会話
		民謡	アンチエイジング	骨カルシウム		
		いきいき百歳体操	学び舎	学び舎	いきいき百歳体操	アンチエイジング
12	13	14	15	16	17	18
	大正琴②	コーラス教室	オープンホビー	書道①	詩吟	ヨガ
	民謡教室		謡曲	筋肉貯筋A		将棋
		笑いで健康に	大人の図工	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	アンチエイジング
19	20	21	22	23	24	25
母の日 	ハーモニカB	新舞踊	コーラス	詩舞	詩舞	太極拳
	民謡①	アンチエイジング		囲碁		英会話
		民謡	アンチエイジング	筋肉貯金B	アンチエイジング	
	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	アンチエイジング
26	27	28	29	30	31	
	ハーモニカB	大正琴①				
	大正琴②					
		アンチエイジング	同好会代表者会	アンチエイジング	アンチエイジング	
	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	

