

毎月15日発行

東住吉区  令和6年 10 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

(運営)

社会福祉法人大阪市東住吉区社会福祉協議



(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

老人福祉センターからトイレ改修工事のお知らせ

老人福祉センター内、1階トイレの改修工事が始まります。期間は9月17日(火)～R7年3月末。

工事期間中は仮設トイレが(男女一つずつ)設置されます。このため、駐輪場の制限と駐車場は

使用不可となります。また9月24日(火)～10月末までは工事に伴うかなりの騒音ができます。

皆様には大変ご迷惑おかけしますが何卒宜しくお願い致します。

※状況により館内利用制限もあり



高齢者健康教室 (全4回)

高齢者の方が気になる病気や健康であるためのお話しなど全4回で開催します。

- 日時・内容
- ①11月7日(木)「高齢者に多い眼科の病気」(医)大塚眼科(大塚 真砂子先生)
 - ②11月14日(木)「ピロリ菌と胃の病気」もみやまクリニック(森山 佳典先生)
 - ③11月21日(木)「睡眠と健康」南大阪ヤクルト販売株式会社(吉富 隆史先生)
 - ④11月28日(木)元気な心と体を良い聴こえから～難聴予防、補聴器等のお話～
阿部耳鼻咽喉科(榎 徳子先生) すべて午後14時から15時まで

場所 東住吉会館(大会議室)

定員 40名

申込み 10月10日(木)午前10時から午後3時電話窓口にて

※受講決定者にはハガキを郵送します



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	10月8日（火） 13：30～15：00	10月16日（水） 13：30～15：00	A（上半身）10/17 B（下半身）10/24 14：30～15：00
申込	9月24日（火） 10：00～15：00	9月18日（水） 10：00～15：00	10月3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20名 超えた場合は抽選後落選者に連絡	定員各30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	×	4	×
	×	×	9	10	11	×
	×	15	×	17	×	×
	×	×	23	24	25	×
	×	29	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	5
	×	×	9	10	×	12
	×	15	×	×	×	19
	×	×	23	×	25	26
	×	29	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。



8月の事業報告



8月9日（金）

世代間交流ミニコンサート

隣接するこども子育てプラザへ
コーラス同好会のみなさんが
同様の数々を披露しに行ってくれました♪
ちいさなちいさなお客様と
いつもがんばってるお母様方へ
ちょっとだけ、ほっこりと
音楽のお時間をプレゼントできました（笑）
コーラス同好会もまだまだメンバー
大募集中です！！

発表会・展示会開催中止のお詫び

9月6日に同好会代表者のみなさまにお集まりいただきまして、今年度の11月10日に開催予定でした【同好会発表会】、来年早春に開催予定でした【同好会展示会】の開催中止を決定いたしました。

9月17日にはじまりますトイレ改修工事に伴いまして、みなさまの練習時間に未知数の影響が出る可能性を鑑みまして、事情説明と併せて、採決を取らせていただきました。ご迷惑をおかけいたしますが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



事前予約制（令和6年度登録受付終了）

当日飛込み参加や見学はできません

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.86



行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			謡曲			ヨガ
		民謡				将棋
		アンチエイジング いきいき百歳体操	アンチエイジング	防災 学び舎	アンチエイジング	アンチエイジング
6	7	8	9	10	11	12
	ハーモニカB	コーラス教室		囲碁 コーラス	フラダンス	英会話
	大正琴②			書道教室		太極拳
		笑いで健康に	アンチエイジング	アンチエイジング	華道	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	
13	14	15	16	17	18	19
	スポーツの日 休館日	新舞踊	オープンホビー	書道①	詩吟	ヨガ
		民謡	謡曲	ハイキング		将棋
		アンチエイジング	大人の図工	書道②	フラダンス教室	アンチエイジング
		いきいき百歳体操	学び舎	筋肉A 学び舎	いきいき百歳体操	
20	21	22	23	24	25	26
	ハーモニカB		コーラス	詩舞	詩舞	英会話
	民踊			囲碁		太極拳
		脳トレ	アンチエイジング	筋肉貯金B	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	
27	28	29	30	31		
	大正琴②			パロウジン		
			アンチエイジング	アンチエイジング		
		アンチエイジング	いきいき百歳体操	いきいき百歳体操		
		いきいき百歳体操	学び舎	学び舎		

