

毎月15日発行

東住吉区

老人福祉センターだよい



令和8年

2月号



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会

(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

【令和8年度 高齢者のための初心者教室】

この春何かあたらしいことはじめてみませんか？ 高齢者のための初心者教室は4月から来年3月まで1年間で身につく教室です。 ※月1回(全12回)コースで受講料無料です。教室により材料費がかかる場合があります。

- | | | |
|-----------|----------------------|---------|
| 1 コーラス教室 | 10時30分から12時 (毎月第2火曜) | 加藤治代 先生 |
| 2 書道教室 | 10時30分から12時 (毎月第2木曜) | 間島由紀 先生 |
| 3 民踊教室 | 10時30分から12時 (毎月第2月曜) | 植 安子 先生 |
| 4 民謡教室 | 10時30分から12時 (毎月第1木曜) | 梅若朝邦 先生 |
| 5 フラダンス教室 | 13時30分から15時 (毎月第3金曜) | 杉田マナ 先生 |

参加費
無料



申込み 2月10日(火)から3月10日(火)15時まで電話・窓口・LINEから申込み受付します。

定員 各教室20名 ※各教室申込者が18名に達しない教室は中止となり、定員が超えた場合は抽選となります。

脳トレ&レクリエーション

脳トレゲームに参加して頭も身体もリフレッシュしましょう。
中盤で5分程度軽い体操もあります。

日時 2月24日(火)午後13時30分から15時

場所 センター内



定員 40名

申込み 2月10日(火)午前10時から午後3時
※申し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 3月6日(金)午後13時30分から14時30分

場所 センター内



定員 20名

申込み 2月13日(金)午前10時から午後3時
※申し込み多数の場合は抽選

バレンタインコンサート(優先チケット窓口にて配布中)

日時 2月1日(日) 14時開演(予定)
場所 東住吉区民ホール

優先入場: 13時30分~(優先チケット保有者のみ)
一般入場: 13時45分~



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	病は氣から、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。スローな音楽と呼吸でムリなく鍛えて♪
開催日時	2月10日(火) 13:30~14:30	2月18日(水) 13:30~15:00	A(上半身) 2/19 B(下半身) 2/26 14:30~15:15
申込	1月27日(火) 10:00~15:00	1月29日(木) 10:00~15:00	2月12日(木) 10:00~15:00
参加確定	定員60名 超えた場合は抽選後落選者に連絡	定員25名 超えた場合は抽選後落選者に連絡	定員各35名 超えた場合は抽選後落選者に連絡

【童謡体操・だれでも百歳体操・ダンス】開催カレンダー

童謡体操
時間：11:00～11:35

童謡をイスに座ったままうたいながら体操します
声を出してストレス発散♪

だれでも百歳体操
時間：13:30～14:00

日常必要な基礎筋力が得られます！

ダンスdeアンチエイジング
時間：14:15～14:50

若々しさは動けるカラダ♪
30分の簡単なダンスで

月	火	水	木	金	土
童謡体操	＊百歳体操	＊ダンス			
2	3	4	5	6	7
＊	＊	＊	＊	＊	＊
9	10	11	12	13	14
＊			＊	＊	＊
16	17	18	19	20	21
＊	＊		＊		＊
23	24	25	26	27	28
		＊	＊	＊	＊

月	火	水	木	金	土
2 午前 午後	3 午前 午後	4 午前 午後	5 午前 午後	6 午前 午後	7 午前 午後
9 午前 午後	10 午前 午後	11 午前 午後	12 午前 午後	13 午前 午後	14 午前 午後
16 午前 午後	17 午前 午後	18 午前 午後	19 午前 午後	20 午前 午後	21 午前 午後
23 午前 午後	24 午前 午後	25 午前 午後	26 午前 午後	27 午前 午後	28 午前 午後

音楽の流れる 60歳以上限定

自習室

音楽空間でジブンだけの 静かな時間をすごしませんか

- 老人福祉センター 2階（階段しかありません）
- 午前のみの場合 10時30分～11時50分
 - 午後のみの場合 13時10分～16時00分
 - 終日開放の場合 10時30分～16時00分



12月の事業報告



終活セミナー 2本立て 【認知症セミナー / お墓セミナー】

12月 4日 認知症になって困ること

12月 10日 お墓の種類と墓じまい

終活セミナーはエンディングノートの作成や空き家対策、後見人制度などを含めて幅広いジャンルにおよびますが、その都度、そのジャンルに見合った講師の方をお招きして、現代にふさわしい、みなさまのご要望にふさわしい内容でお届けを心がけています。今回の2講座、特にお墓セミナーは抽選事情が生じるほど人気でした。他区の方も多数ご来場いただき、次回もまた、知識豊かになる内容でお届けしたいと思います。ご来場、ありがとうございました！

シニアの学び舎【復讐編】一花丸満点♪回数記録達成者

12月期



【40回達成】

井川 吉子 様 (駒川)

【20回達成】

【60回達成】

松田 千恵子 様 (山坂)

大西 捷子 様 (湯里)

高橋 京三 様 (西今川)

小倉 紀代子 様 (田辺)

山本 勅三恵 様 (山坂)

永井 アサ子 様 (南田辺)

東條 純三 様 (桑津)

大伊 朱美子 様 (東田辺)

【80回達成】

清水 喜重子 様 (北田辺)



東住吉区老人クラブ連合会 会員様限定 健康体操教室

R8年2月の「健康体操教室」は東住吉会館「大会議室」で開催！

2月は5日と19日です

注 東住吉区老人クラブ連合会の会員様限定です

注 老人福祉センターの利用者とは異なります



R8年度の参加申込をR8.1月15日より開始！(自動更新ではありません！)

✓ お電話でのご登録は、例外なく受け付けておりません。

✓ お問合せ&お申込みは、火曜10:00~15:00のみです。

東住吉区老人クラブ連合会 ☎ 06-6691-7675 告人クラブ通信
平日／10:00~16:00 No.102



行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 バレンタインコンサート	2 童 ハーモニカ だれ ダンス	3 童 民謡 だれ ダンス	4 童 謡曲 いきいき	5 童	6 童	7 童 ヨガ だれ ダンス
8 大正琴 だれ ダンス	9 童 コーラス教室 笑いで健康 ハイキング いきいき	10 童 建国記念の日 休館日	11 書道教室 学び舎	12 童 囲碁 書道教室 だれ ダンス	13 童 フラダンス 華道 いきいき	14 太極拳 英会話 だれ ダンス
15 ハーモニカ だれ ダンス	16 童 新舞踊 だれ ダンス いきいき	17 童 謡曲 図工 学び舎	18 童 オープンホビー オーブンホビー 学び舎	19 童 民謡教室 書道① 学び舎	20 童 詩吟 筋A だれ	21 童 ヨガ フラダンス教室 いきいき 将棋
22 天皇誕生日 振替休日	23 民謡 脳トレ いきいき	24 童 コーラス 学び舎	25 童 囲碁 学び舎	26 童 詩踊 学び舎	27 童 詩踊 だれ ダンス	28 太極拳 英会話 だれ ダンス

年末の大掃除お手伝いしていただきました。



石井 様
五貫 様
川口 様



～ 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。

