

# 大正区老人福祉センターだより

《毎月20日発行》

《運営》

大阪市大正区社会福祉協議会

《発行・問合せ先》

大阪市立大正区老人福祉センター

大阪市大正区泉尾3-9-16

電話6554-5330 FAX6554-5367



2022年  
**4**月号

## 利用証の更新を4月1日(金)から受付します

- 利用証  
氏名
- ・受付時に利用証を預り、更新手続きしてお返しします
  - ・電話番号など変更のある方はお知らせください

### 4日間でスマホに慣れよう! スマホ講習会

【日時】4月9日・23日・30日

5月14日(全て土曜日)

Aコース:13:00~14:30

Bコース:14:45~16:15

【参加費】無料

【申込】3/22より電話か来館にて  
受付(本人のみ)



認知症予防に...

### 楽しく脳トレ!

3回連続シリーズ

【日時】4月12日・26日・5月10日

13:30~15:00(全て火曜日)

【参加費】無料

【申込】3/23より電話か来館にて  
受付(本人のみ)

身体の歪みを知ろう!

### 整体体操

【日時】4月14日(木)

10:30~12:00

【参加費】無料

【申込】3/24より電話か  
来館にて受付(本人のみ)



爽やかな季節に体操をしよう!

### 健康体操体験会

【日時】5月7日(土)

10:00~11:30

【参加費】無料

【申込】4/16より電話か  
来館にて受付(本人のみ)

初心者でも簡単! おしゃれなボトルフラワー

### ハーバリウム講習会

【日時】4月21日(木) 13:30~15:00

【参加費】1,500円(花・瓶など材料費代)

【申込】3/31より参加費を添えて来館にて受付(本人のみ)



- ・申し込み対象者は、市内在住で60歳以上の方です。
- ・受付時間は、全て午前10時からです。

令和4年(2022年)

4月の行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前	今月の 催し物	5日(火)編物ボランティア講習会		13:30~		百歳体操 ヨガ①②	健康体操
午前		9日・23日・30日(土)スマホ講習会		13:00~			
午後		12日(火)なんでも相談会		10:30~			
午後		12日・26日(火)楽しく脳トレ!		13:30~		民舞 折り紙	卓球(ひまわり) 大正琴
		14日(木)整体体操		10:30~			
		21日(木)ハーバリウム講習会		13:30~			
	3	4	5	6	7	8	9
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア		区老連ディスコン	百歳体操 手芸	
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後)	卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後)	フラダンス 区老連手芸	絵手紙(山びこの会)		卓球(ひまわり) スマホ講習会
	10	11	12	13	14	15	16
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア		整体体操	百歳体操 ヨガ①②	健康体操
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後)	卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後)	なんでも相談会 書道② 楽しく脳トレ!	太極拳	俳句 写真 社交ダンス	民舞 水彩画 英会話
	17	18	19	20	21	22	23
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア	区老連会長会議	区老連ディスコン 絵手紙	百歳体操 手芸	
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後)	卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後)	書道①	フラダンス	絵手紙(山びこの会) 社交ダンス ハーバリウム 講習会	生花 盆踊り同好会
	24	25	26	27	28	29	30
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア		区老連ディスコン	昭 和 の 日	
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後)	卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後)	太極拳			卓球(ひまわり) スマホ講習会