

センター行事の名場面



2/20 認知症について理解しよう!

オレンジチームの方より、認知症の基礎知識や予防になる話を教えて頂きました。



2/23 体力測定会

開眼片足立ち・握力測定・タイムアップ&ゴーヤ、脳トレ・保健師さんのお話などがありました。



2/22 男性料理教室

男性だけで頑張って料理を作り、楽しく料理をいただきました♪



- ・サバグのミルクソース
- ・小松菜の変わり白和え
- ・根菜汁のチーズ風味
- ・大根ステーキ



3/7 お医者さんの健康講話

今回のテーマ「女性のガンについて」
健康な体を維持するため、高齢になっても年に1度のガン検診が大切だと教えて頂きました。



3/14 認知症サポーター養成講座

認知症の人への対応の心得は、「驚かせない・急がせない・自尊心を傷つけない・否定しない」だそうです。

老人福祉センターの『ちょっと役立つサービス』あれこれ

【車いすの短期貸し出し】

区内にお住まいで60歳以上の方を対象に、1ヶ月以内を目途に貸し出します。
(手押し車もあります)

【図書貸し出し】

常時貸し出し中。もちろん館内での閲覧も可。



サークル会員募集中!



「フォークダンスサークル」

フォークダンスは手をつないで踊るため、皆すぐに仲良くなれますよ。
面白いことが言えて和やかな雰囲気
で活動している、とても楽しいサークル
です。年齢のこともあって内容を忘れて
いる時もありますが、皆で補い合える
ので気軽にできます。興味のある方
は一度お越し下さい。お待ちしております。



医者通い
かず子

三重に巻き

マフラーを



大正俳句会講師
富田栄子選

今月の俳句

【区老連通信】

★ 区老連ウォーキング

4/14・28(土)
9:00~
大正区役所前
噴水広場集合



★ 区老連手芸教室

4/4(水) 13:00~ 会議室②

★ 区老連コーラス

4/19(木) 14:00~ 会議室②

★ 区老連ディスコン

4/5・12・19・26(木) 10:00~
多目的ホール

★ 区老連会長会議

4/13(金) 13:30~ 会議室②

★ 見守りサポーター講習会実行委員会

4/13(金) 14:30~ 会議室②

◎ 第21回 グラウンドゴルフ大会

4/20(金) 受付9:00 開会式9:15
5
大正区泉尾公園グラウンド
(雨天翌週27日)



生きがいと健康づくり・仲間づくりを応援する

《大正区老人福祉センターのご案内》

市内在住の60歳以上の方に健康で楽しい生活をしていただくことを目的として、各種の相談に応じたり、健康の増進や教養の向上、自主活動への支援、レクリエーションなどの事業を行っています。

★所在地 大正区泉尾3-9-16

最寄り駅：市バス「永楽橋筋」

★電話 6554-5330 FAX 6554-536

