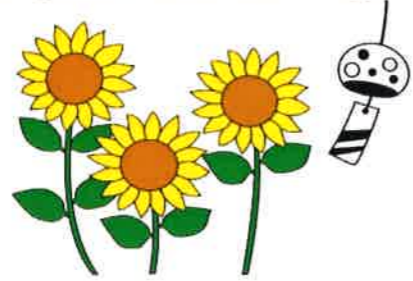


# 大正区老人福祉センターだより

《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



2018年  
**8**月号

《毎月20日発行》

## 『防災センター・消防局指令情報センター見学会』

【日時】8月23日(木)  
 【集合】12:30 センター玄関前  
 【参加費】無料 【定員】36名  
 【申込】8/1より電話か来館にて受付



## 『3B体操』

【日時】8月24日(金) 13:30~15:00  
 【内容】ボール・ベル・ベルターを使った体操  
 【講師】田中 理恵先生  
 【参加費】無料 【定員】40名程度  
 【申込】8/1より電話か来館にて受付

## 『健康づくり講習会』

【日時】8月29日(水) 13:30~15:00  
 【内容】栄養士さんのお話と試食  
 【講師】大正区保険福祉センター栄養士  
 【参加費】200円 【定員】30名程度  
 【申込】8/1より電話か来館にて受付

## 『チャレンジ体力測定会』

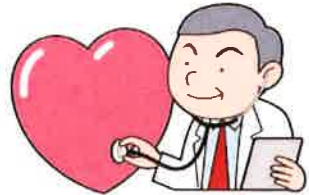
【日時】8月30日(金) 13:30~15:00  
 【内容】イス片足起き上がり・踏み台昇降など  
 【参加費】無料  
 【申込】8/6より電話か来館にて受付



今回のテーマ... ころの健康・睡眠障害について

## 『医師の健康講話』

【日時】9月5日(水) 14:00~15:00  
 【講師】中尾 剛久先生  
 【参加費】無料 【定員】30名程度  
 【申込】8/8より電話か来館にて受付



## 『高齢者のための楽しい音楽療法』

【日時】9月11日(火) 13:30~15:00  
 【講師】岩井 純子先生 【参加費】無料 【定員】50名程度  
 【申込】8/20より電話か来館にて受付



※申し込み対象者は、市内在住で60歳以上の方です。

平成30年(2018年)

## 8月行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土
				<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
午前	休館日	3日(金)大人のぬり絵 13:30~ 8日(水)葬儀事情 13:30~ 24日(木)3B体操 13:30~ 25日(土)民謡おさらい会 13:00~ 28日(火)なんでも相談会 10:00~ 29日(水)健康づくり講習会 13:30~ 30日(木)体力測定 13:30~ 《館外行事》 23日(木)防災センター見学 12:30~	カラオケ水曜 スポーツ吹矢	カラオケ木曜 区老連テニス	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ①	カラオケ土曜	
午後		フラダンス 百人一首を楽しむ会 区老連手芸	山びこの会	民舞 折り紙 大人のぬり絵	ひまわり 民謡 美つ鍵一		
	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
午前	休館日	カラオケ月曜 卓球月曜 卓球月曜 なつメロの会	カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜 卓球火曜 書道①	カラオケ水曜 フォークダンス 太極拳 茶道 最近の葬儀事情	カラオケ木曜 区老連テニス カトリア 大正俳句会 写楽クラブ	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ② 手芸 歌体操 区老連会長会議	(山祝の日)
午後							
	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
午前	休館日	カラオケ月曜 カラオケサークル③ 卓球月曜 卓球月曜 カラオケサークル① 詩吟	カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜 卓球火曜	カラオケ水曜 スポーツ吹矢 フラダンス	カラオケ木曜 区老連テニス 絵手紙	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ① 水彩画	カラオケ土曜 健康体操 ひまわり 民謡 美つ鍵一
午後							
	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
午前	休館日	カラオケ月曜 卓球月曜 卓球月曜 なつメロの会	カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜 卓球火曜 書道①	カラオケ水曜 フォークダンス 太極拳 茶道	カラオケ木曜 区老連テニス カトリア 防災センター見学	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ② 手芸 英会話 生花 盆踊り同好会 3B体操	カラオケ土曜 ひまわり 民謡おさらい会
午後							
	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	
午前	休館日	カラオケ月曜 兜の会 卓球月曜 卓球月曜 カラオケサークル② 詩吟	カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜 卓球火曜 書道② 和みの会	カラオケ水曜 区老連見守り サポーター講習会 フラダンス 茶道 健康づくり講習会	カラオケ木曜 区老連テニス チャレンジ体力測定	カラオケ金曜 百歳体操 民舞	 
午後							