

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
11月号
 《毎月20日発行》

気楽に参加できますよ◎

『輪投げ大会』

【日時】11月13日(火) 13:30~14:30
 【参加費】無料
 【申込】10/23より電話か来館にて受付
 ※各賞ありますよ!



『おでかけウォーキング』

【日時】11月15日(木)
 【集合】10:00にセンター玄関前
 【行き先】松島公園・九条辺り
 【持ち物】弁当・お茶・敷物等
 【参加費】30円 【申込】10/29より
 参加費を添えて来館にて受付(本人のみ)



体験型スマホ講習会

『レッツ・スマホ』

【日時】11月21日(水) 10:30~12:30
 14:00~16:00
 【講師】NTTドコモインストラクター
 【参加費】無料 ※前回受講されていない方
 【申込】11/2より電話か来館にて受付



転ばぬ先の知恵...

『悪質商法にご用心』

【日時】11月22日(木) 13:30~15:00
 【講師】金融広報アドバイザー
 【参加費】無料
 【申込】11/1より電話か来館にて受付



美味しい蕎麦を打って食べよう!

『みんなでそば打ち体験』

【日時】11月24日(土) 10:00~14:00
 【参加費】無料
 【申込】電話か来館にて受付



定期的に測定しよう!

『チャレンジ体力測定会』

【日時】11月29日(木) 13:30~15:00
 【指導】健康運動指導士
 【参加費】無料
 【申込】11/1より電話か来館にて受付



医師の健康講話

『加齢による目の変化について』

【日時】12月5日(水) 14:00~15:00
 【講師】黒川眼科院長 志水一夫先生
 【参加費】無料
 【申込】11/12より電話か来館にて受付



10・11月生まれ

『誕生お祝い会』

【日時】11月30日(金) 13:30~15:30
 【内容】記念撮影・お祝い演芸会
 【参加費】無料
 【申込】11/1より電話か来館にて受付



『クリスマス風寄せ植え』

【日時】12月6日(木) 13:30~15:00 【参加費】1,500円(材料費)
 【申込】11/5~22まで参加費を添えて来館にて受付(本人のみ・先着順)



- ・受付時間は、全て午前10時からです。
- ・各行事、講習会の詳細は当センターまでお問合せください。

平成30年(2018年)

11月行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土	
午前	休館日	7日(水)七宝焼 10:00~			1	2	3 (文化の日) 祝日	
午後		12日(月)医師の健康講話 13:30~ 13日(火)輪投げ大会 13:30~ 21日(水)スマホ講習会(入門編) 10:30~ スマホ講習会(応用編) 14:00~ 22日(木)悪質商法 13:30~ 24日(土)みんなでそば打ち体験 10:00~ 27日(火)なんでも相談会 10:00~ 29日(木)体力測定会 13:30~ 30日(金)誕生お祝い会 13:30~ 《館外行事》 1日(木)午前~29日(木)午前 区民ギャラリー 9日(金)シルバークッキング 10:30~ 15日(木)おでかけウォーキング 10:00~ 19日(月)防災センター見学 12:00~			カラオケ木曜 区老連デ イソソ 百歳体操 ヨガ①	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ①		
午前	休館日	4	5	6	7	8	9	10
午後		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 卓球火曜 卓球火曜 書道①	カラオケ水曜 スポーツ吹矢 七宝焼 フラダンス 百人一首を楽しむ会 区老連手芸	カラオケ木曜 区老連デ イソソ	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ② 手芸 シルバークッキング	カラオケ土曜 健康体操 ひまわり 民謡	
午前	休館日	11	12	13	14	15	16	17
午後		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 医師の健康講話	カラオケ火曜 百歳体操 卓球火曜 卓球火曜 書道② 輪投げ大会	カラオケ水曜 フォークダンス 太極拳 茶道	カラオケ木曜 区老連デ イソソ 絵手紙 おでかけウォーキング カトレア 山びこの会	カラオケ金曜 百歳体操 ヨガ① 手芸 民舞 水彩画 英会話	カラオケ土曜 健康体操 ひまわり 民謡 美っ鍵一	
午前	休館日	18	19	20	21	22	23	24
午後		カラオケ月曜 カラオケサークル② 防災センター見学	カラオケ火曜 百歳体操 卓球火曜 卓球火曜 書道①	カラオケ水曜 スポーツ吹矢 スマホ講習会 フラダンス 茶道 スマホ講習会	カラオケ木曜 区老連デ イソソ 悪質商法	(勤労感謝の日) 祝日	カラオケ土曜 みんなでそば打ち体験 民謡	
午前	休館日	25	26	27	28	29	30	
午後		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 なんでも相談会 卓球火曜 卓球火曜 書道② 和みの会	カラオケ水曜 フォークダンス 太極拳 茶道	カラオケ木曜 区老連デ イソソ チャレンジ体力測定会	カラオケ金曜 百歳体操 生花 誕生お祝い会		

