

# センター行事の名場面



「体力測定会」



北恩加島小学校の児童の皆さんと一緒に、ポッチャの体験会をしました。

「ポッチャ体験会」

## 昔遊び・伝承遊び ボランティア募集!

1月27日(土)の昔遊び・伝承遊びを手伝ってくださる方を募集します!

詳しくは事務所までお問い合わせください。

昔遊び実行委員会(スタッフ説明会)

1月17日(水) 13:30~

## 介護保険の上手な利用方法

【日時】2月1日(木)  
13:30~15:00

【参加費】無料

【申込み】1/11より電話か来館にて受付 ※申込みは本人のみ

## ためになる栄養士のお話 ~しっかり噛んで健康長寿~

【日時】1月31日(水)  
13:30~15:00

【参加費】無料

【申込み】1/10より電話か来館にて受付 ※申込みは本人のみ

## 男の体操教室

【日時】2/2・2/9・2/16・3/1  
13:30~15:00(全て金曜日)

【参加費】無料 【持ち物】上靴・タオル

【申込み】1/12より電話か来館にて受付 ※申込みは本人のみ

## 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:大阪シティバス「永楽橋筋」

☆電話 6554-5330 FAX 6554-5367

☆利用時間 月曜~土曜の午前10時~午後5時

(日曜・祝日、年末年始は休館)



短日たんじつや小走りの影十頭身みえこ  
旅たびの空吹雪さかおく歳王ざいおうを踏みしめる 智子  
コンサートすえ戻るあの頃ふさえ香る 千景  
いきなりの満月の出でに立ちつくす 多華子  
それはまあいろいろあるさ片時雨かたしぐれ 絮わた  
大正俳句会 小河先生選

## 今月の俳句紹介

大正俳句会 小河先生選

## 【区老連通信】

- ★ 区老連ウォーキング  
12/23・1/13(土)  
9:00~ 区役所噴水前集合
- ★ 区老連コーラス  
12/22・1/19(金)  
午後1時~3時
- ★ 区老連ディスコ  
12/21・28・1/4・11・18日(木)  
午前10:00~12:00
- ★ 区老連手芸  
1/10・2/7日(水)  
午後1時~3時



健康マージャンからのお願い  
マージャン台の寄付を募っています。  
詳しくは事務所までお問い合わせください。

大正区北部地域包括支援センター  
による出張相談

無料

## 困りごと「なんでも相談会」

1月19日(金)

10:30~12:00

当日受付OK!

- ・介護に関すること
- ・認知症について など
- 何でもどうぞ!
- ・血压測定もできます。

ボランティアスタッフによる  
スマホ使い方相談会

無料

## 「スマホチョットお助け隊」

1月19日(金)

11:00~12:30

当日受付OK!

スマホの基本の  
使い方がわからない  
など、お気軽に相談  
してください。

## センター外壁工事のお知らせ

令和6年1月末頃まで、センターの外壁工事を行いますので駐輪場が縮小されます。先般、近隣より違法駐輪の苦情がありました。ご迷惑をおかけしますが、できるだけバスか徒歩でのご協力をお願いします。

大正区老人福祉センターの  
ブログを更新しています。

センターの情報をスマホからも見られます。

少しずつ更新中です。  
よろしくお祈りします。  
右のQRコードから  
ご覧になれます。→

