

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 06-6554-5330 FAX 06-6554-5367



《毎月20日発行》

4 2024年
月号

利用証更新のお願い

4月1日より利用証の更新を行います。
お手元の利用証をセンター事務所まで
お持ちください。

楽しく脳トレ!

第1弾 金曜日
3回コース



【日時】4月19日・5月17日
5月31日
13:30~15:00

【定員】7名 【参加費】無料

【申込】3/29より電話か来館
にて受付
※申込は本人のみ

スマホ講習会

2回コース



スマホはじめの一步(文字入力から)

【日時】4月13日・27日(土)
Aコース 13:00~14:30
Bコース 14:45~16:15

【定員】Aコース・Bコース 各10名
【参加費】無料

【持ち物】ご自分のスマホ・筆記用具
【申込】3/22より電話か来館にて
受付 ※申込は本人のみ

呼吸筋力を鍛えて健康寿命を延ばす!

~日常生活で健康寿命を延ばすヒントを学びます~

【日時】4月12日(金) 13:30~15:00

【定員】30名 【参加費】無料

【申込】3/22より電話か来館にて受付 ※申込は本人のみ



- ・ 申込は定員を超えた場合は抽選になります。
- ・ 受付時間は、全て午前10時からです。

令和6年(2024年)

4月の行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土
午前	休館日	1 カラオケ月曜	2 カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア	3 カラオケ水曜 ドレミ体操 吹矢「まとり」	4 カラオケ木曜 区老連ディスコン	5 カラオケ金曜 百歳体操 すまいるヨガ	6 カラオケ土曜 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 書道① 編み物アミーゴ	フラダンス 区老連手芸 オカリナ 百人一首	絵手紙(山びこの会) なつメロの会	民舞 折り紙	卓球ひまわり 大正琴
午前	休館日	7 カラオケ月曜 カラオケサークル③	8 カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア	9 カラオケ水曜 ドレミ体操 フォークダンス	10 カラオケ木曜 区老連ディスコン	11 カラオケ金曜 百歳体操 手芸	12 カラオケ土曜 盆踊り同好会
午後		卓球月曜午前 卓球月曜午後 カラオケサークル① 詩吟	卓球火曜午前 卓球火曜午後 書道②	太極拳 茶道 オカリナ	社交ダンス 写真	歌体操 呼吸筋力を鍛えて 健康寿命を延ばす!	卓球ひまわり 民謡なかよし スマホ講習会
午前	休館日	14 カラオケ月曜	15 カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア	16 カラオケ水曜 ドレミ体操 吹矢「まとり」 区老連会長会議	17 カラオケ木曜 区老連ディスコン 絵手紙	18 カラオケ金曜 百歳体操 すまいるヨガ	19 カラオケ土曜 健康体操
午後		卓球月曜午前 卓球月曜午後 大正俳句会	卓球火曜午前 卓球火曜午後 書道①	フラダンス 茶道 オカリナ	絵手紙(山びこの会) 社交ダンス なつメロの会	民舞 水彩画 楽しく脳トレ!	卓球ひまわり 大正琴 民謡なかよし
午前	休館日	21 カラオケ月曜 兜の会	22 カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア	23 カラオケ水曜 ドレミ体操 フォークダンス	24 カラオケ木曜 区老連ディスコン	25 カラオケ金曜 百歳体操 手芸	26 カラオケ土曜 カラオケ土曜
午後		卓球月曜午前 卓球月曜午後 カラオケサークル② 詩吟	卓球火曜午前 卓球火曜午後 書道② 和みの会	太極拳		盆踊り同好会 生花 英会話 区老連コーラス	卓球ひまわり スマホ講習会
午前	休館日	28	29	30	12日(金)呼吸筋力を鍛えて健康寿命を延ばす! 13日・27日(土)スマホ講習会 19日(金)みんなで楽しく脳トレ! 23日(火)なんでも相談会		13:30~ 13:00~ 13:30~ 10:30~
午後			昭和の日	カラオケ火曜 百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜午前 卓球火曜午後			