



## 合同消防訓練

子育てプラザと合同の消防訓練です！  
来館の方はご協力をお願いいたします。

【日時】 6月3日(水)

11:00~11:45

【場所】 老人福祉センター内



## スマホ講習会

~LINEの安心・安全な使い方~

【日時】 6月6日(土)・6月13日(土)

Aコース 13:00~14:30

Bコース 14:45~16:15

【参加費】 300円(テキスト代)

【定員】 A・B 各10名

【申込み】 5/21(木)より参加費を添えて  
受付 ※初めて受講される方を優先  
で受付します。



## 楽しく脳トレ!

タブレットを使って脳トレになるゲーム  
などをしませんか?

【日時】 6月10日(水)

13:30~15:00

【参加費】 無料 【定員】 7名

【申込み】 5/21(木)より電話か来館にて  
受付



## ZUMBA gold(ズンバゴールド) レッスン

アメリカ生まれのダンスフィットネス!  
自由に体を動かして楽しみましょう!

【日時】 6月24日(水)

10:30~11:30

【参加費】 無料 【定員】 30名

【持ち物】 上靴・タオルなど

【申込み】 5/28(木)より電話か来館  
にて受付



## おやじカフェ~老人センターバージョン~

【日時】 6月23日(火) 10:30~12:00

【参加費】 100円(チケット代) 【チケット枚数】 30枚

【販売】 6/9(火)より販売



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、各種の相談にのり、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 06-6554-5330 FAX 06-6554-5367

☆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)

無料

## 困りごと 『なんでも相談会』

大正区地域包括支援センター  
による出張相談

6月23日(火)

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!
- ・血圧測定もできます。

無料

## 『スマホチョット お助け隊』

ボランティアスタッフによる  
スマホ使い方相談会

6月23日(火)

11:00~12:00 当日受付OK!

スマホの初期操作を中心に受け付けて  
います。お気軽に相談してください。

## いきいき百歳体操指導

健康運動指導士に指導してもらえます。

【日時】 6月12日(金)

10:00~12:00

【参加費】 無料

※百歳体操の名簿

参加者が対象です。



光射す雨後の舗道は花筵 多華子  
おにぎりに桜吹雪と子等の声 ふさえ  
花いかだ城崎の岨ただようて 勝子  
スキップの風に転べる桜かな 千景  
初桜薄紅色の意人駅 みえこ



今月の俳句紹介

大正俳句会

田中美月先生

選

## 出前講座 健康体操

南恩加島会館にて健康体操を行います。

【日時】 6月8日(月)

13:30~14:30

【参加費】 無料 【定員】 20名

【申込み】 5/18(月)より南恩シニア

クラブ会長にご確認ください。

※南恩シニアクラブの会員の方が対象です。

## 【区老連通信】

★かきら昭和体操

毎月第2水曜日 6月は10日

午前10時~11時

★区老連手芸

6月3日(水) 午後1時~3時

★区老連ディスコン

6/4・11・18・25(木)

午前10時~12時

★区老連コース

① 6/26(金) 午後1時30分~3時

② 6/12(金) 午後1時30分~3時

★区老連ウォーキング

6/13・27(土)

午前9時~ 区役所噴水前集合

