

運動と栄養のある食事をして、骨を元気に！



「骨密度測定会」

認知症になっても、気分良く過ごすことが大事なんです。



「医師の健康講話」

# センター行事の名場面



サークルの世話役さん  
85名の方々が参加  
されました。

「利用者連絡会」

新聞紙でスリッパが  
作れますよ！



「地震・津波に備えて」



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 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

4月22日(火) 10:30~12:00

当日受付OK!

- ・健康に関すること
- ・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

4月22日(火) 11:00~12:00

当日受付OK!

スマホの初期操作を中心に受付けています。お気軽に相談してください。

舳もやい網づなほどく船頭春浅し 佳奈  
 春疾はやて風息せききって橋登る ふさえ  
 早春の身のひきしまる朝の風 佳子  
 合格と大きく絵馬に梅一輪 千景  
 木の芽の香春を呼び込む輪島塗 みえこ  
 子に返り流水りゅうひようウオーク時忘る 智子  
 早春や色濃き波の渡船場とせんじよう 多華子



今月の俳句紹介

大正俳句会 田中美月先生 選

## 老人福祉センター職員よりごあいさつ

3月31日で、定年退職することになりました大谷です。  
 利用者の皆様に支えられて、今日まで来ることができました。  
 皆様方には、何かとご迷惑をおかけしてすみませんでした。  
 また、これからもセンターへの協力をお願い致します。  
 長いようで短いあつという間の10年間、本当に本当に  
 ありがとうございました。



## 【区老連通信】

★区老連手芸  
4/2(水) 午後1時~3時



★区老連コーラス  
4/25(金) 午後1時~3時

★区老連ディスコン  
3/27・4/3・10・17・24(木)  
午前10:00~12:00

★区老連ウォーキング  
4/12・26(土)  
9:00~区役所噴水前集合

