

大正区老人福祉センターだより

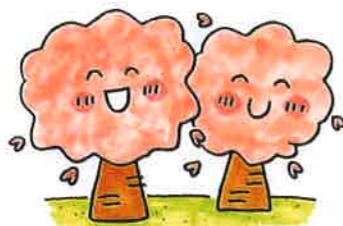
《運営》

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

《毎月20日発行》



4 2023年
月号

利用証の更新

4月1日(土)から受付します

☆受付時に利用証を預かり、更新手続きしてお返しします

☆電話番号や住所の変更がある方はお知らせください

楽しく脳トレ!

【日時】4月11日・4月25日

5月9日

全て火曜日 13:30~15:00

【参加費】無料

【定員】7名(先着順)

【申込】3/22より電話か来館にて

受付(先着順)

※申込は本人のみ

スマホ講習会

【日時】4月22日・5月13日

5月27日・6月10日

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8名

【参加費】無料

【持ち物】ご自分のスマホ・筆記用具

【申込】4/1より電話か来館にて

受付中 ※申込は本人のみ

男の体操教室

【日時】4月14日・4月21日

5月12日・5月19日

13:30~15:00

【参加費】無料

【持ち物】上履き・水分補給用の

飲み物

【申込】3/24より電話か来館にて

受付

呼吸筋力を鍛えてごえん性肺炎をふせごう!

【日時】4月27日

13:30~15:00

【参加費】無料

【申込】4/5より電話か来館

にて受付

令和5年(2023年)

4月の行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土
							1
午前				11日・25日(火)楽しく脳トレ! 13:30~			健康体操
午前				14日(金)男の体操教室 13:30~			
午前				21日(金)男の体操教室 13:30~			
午前				22日(土)スマホ講習会 13:00~			
午後				25日(火)なんでも相談会 10:30~			卓球(ひまわり)
午後				25日(火)スマホちよっとお助け隊 11:00~			大正琴
午後				27日(木)呼吸筋力を鍛えてごえん性肺炎をふせごう! 13:30~			
	2	3	4	5	6	7	8
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア	ドレミ体操	区老連ディスコン	百歳体操 ヨガ①②	盆踊り同好会
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)	フラダンス 区老連手芸	絵手紙(山びこの会)	民舞 折り紙	卓球(ひまわり)
	9	10	11	12	13	14	15
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア	ドレミ体操 フォークダンス	区老連ディスコン	百歳体操 手芸	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)	太極拳	社交ダンス 写真	男の体操教室	卓球(ひまわり) 大正琴
	16	17	18	19	20	21	22
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア	ドレミ体操	区老連ディスコン 絵手紙	百歳体操 ヨガ①②	
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)	フラダンス 区老連会長会議	絵手紙(山びこの会) 社交ダンス	民舞 水彩画 英会話	卓球(ひまわり) スマホ講習会
	24/30	24	25	26	27	28	29
午前	休館日		百歳体操 園芸ボランティア	ドレミ体操 フォークダンス	区老連ディスコン	百歳体操 手芸	昭 和 の 日
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)	太極拳	呼吸筋力を 鍛えてごえん性 肺炎をふせごう!	生花 盆踊り同好会	

- ・申し込み対象者は、市内在住で60歳以上の方です。
- ・受付時間は、全て午前10時からです。

センター行事の名場面



「利用者連絡会」



認知症サポーター養成講座



ズーム
「Zoom体験会」



「男の体操教室」



「百歳体操指導日」



「ためになる栄養士のお話」

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)



三寒の次の四温で梅林へ みえこ
 立春や黄身もっこりと目玉焼き 岡田 梨わた
 祖母の味まねてばた餅春彼岸 ふさえ
 初詣り寄り添ふ姉妹傘寿車寿 多華子
 茶柱のしづかな揺らぎ春立ちぬ 佳奈
 おぼつか 覚束なき母の指先年の豆 千景



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
4/8・22(土)9:00～
区役所噴水前集合
- ★区老連コーラス
当面の間お休みです。
- ★区老連手芸
4/5(水)
13:00～15:00
- ★区老連ディスコン
4/6・13・20・27(木)
10:00～12:00
- ★区老連ボウリングクラブ
4月18日(火)心齋橋サンボウル
午前10時20分
現地エレベーター前集合
¥1,800(2ゲーム・靴・ジュース・保険)
- ★区老連ウォーキング:長居公園
5月13日(土)午前9:00
鶴見緑地線改札前集合
持物:タオル・帽子
飲物:区老連より出ます
交通費:各自負担
5月2日申込締切



大正区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』

4月25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。

ボランティアスタッフによる
スマホ使い方相談会

無料

『スマホちょっとお助け隊』

4月25日(火)

11:00～12:30

当日受付OK!

スマホの使い方が
わからない など
お気軽に相談して
ください。

車椅子の短期貸し出し

区内にお住まいの60歳以上の方が
対象で1ヶ月を目途に貸し出しでき
ます。



図書館の貸し出し

常時貸し出しできます。
貸し出し・返却は事務所までお気軽に
お越しください。

