

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》

5 2023年
月号

骨・カルシウム講座



【日時】6月8日 13:30~15:00
【参加費】無料
【申込】5/18より電話か来館にて受付

楽しく脳トレ!

【日時】5月15日・5月29日 第2弾
6月12日
全て月曜日 13:30~15:00
【参加費】無料
【定員】7名(先着順)
【申込】4/24より電話か来館にて受付 ※申込は本人のみ

スカットボール大会



【日時】5月31日
13:30~15:00
【参加費】無料
【持ち物】水分補給用の飲み物・上靴
【申込】5/10より電話か来館にて受付

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】電話か来館にて受付中

老人センター・老人クラブ連合会共催

紙工房講習会

【日時】6月9日 13:00~15:00
【参加費】500円(材料費) 【定員】50名(先着順)
【申込】5/18より参加費を添えて来館にて受付
※申し込みは本人のみ



- ・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。

令和5年(2023年)

5月の行事予定表

	日	月	火	水	木	金	土
午前	休館日	1	2	3	4	5	6
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後)	百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後) 書道① 編物 あみご	憲法記念日	みどりの日	じつもの日	健康体操 卓球(ひまわり) 大正琴
午前	休館日	7	8	9	10	11	12
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後) 詩吟	百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後) 書道② 楽しく脳トレ!	ドレミ体操 フォークダンス 太極拳 区老連手芸	区老連ディスコン 写真 社交ダンス	百歳体操 手芸 ヨガ①② 折り紙 歌体操 男の体操教室	盆踊り同好会 卓球(ひまわり) スマホ講習会
午前	休館日	14	15	16	17	18	19
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後) 大正俳句会 楽しく脳トレ!	百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後) 書道①	ドレミ体操 区老連会長会議 吹矢 フラダンス	区老連ディスコン 絵手紙 絵手紙(山びこの会) 社交ダンス	百歳体操 ヨガ①② 民舞 水彩画 男の体操教室	健康体操 卓球(ひまわり) 大正琴
午前	休館日	21	22	23	24	25	26
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後) 詩吟	百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後) 書道②	ドレミ体操 フォークダンス 太極拳	区老連ディスコン 生花 英会話 盆踊り同好会	百歳体操 手芸 なんでも相談会	卓球(ひまわり) スマホ講習会
午前	休館日	28	29	30	31	9日(火)楽しく脳トレ!(第1弾) 13:30~ 12日・19日(金)男の体操教室 13:30~ 13日・27日(土)スマホ講習会 13:00~ 15日・29日(月)楽しく脳トレ!(第2弾) 13:30~ 26日(金)なんでも相談会 10:30~ 26日(金)スマホチャットお助け隊 11:00~ 31日(水)スカットボール大会 13:30~	
午後		卓球月曜(午前) 卓球月曜(午後) 楽しく脳トレ!	百歳体操 園芸ボランティア 卓球火曜(午前) 卓球火曜(午後)	ドレミ体操 スカットボール大会			

センター行事の名場面



「投扇興大会」

感染予防対策を行い、3年ぶりに開催できました！



「ドレミ体操立ちバージョン体験会」



「1・2・3月生まれの方の誕生お祝い会」



「浄土宗の劇団ひとり」山添氏に「紙芝居」を演じていただきました。

体操動画②が配信スタート！（ドレミ体操立ちバージョン）

「ドレミ体操★パート2★全身運動に挑戦！」



QRコードを読み取る方法
QRコードアプリを起動させる
↓
右のQRコードにスマホを近づけてアクセス(視聴できます)

楽しい体操です！ぜひ視聴してみてください♪

「健康体操サークル」
「男の体操教室」講師
坂之上 秀子 先生



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)



【区老連通信】

- ★区老連ウォーキング
5/13(土)9:00～(雨天27日)
鶴見緑地線改札前集合
- ★区老連コーラス
当面の間お休みです。
- ★区老連手芸
5/10(水)
13:00～15:00
- ★区老連ディスコン
5/11・18・25(木)
10:00～12:00
- ★区老連ボウリングクラブ
5月24日(水)心斎橋サンボウル
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



今月の俳句紹介

大正俳句会 小河先生選

老僧は笑わせ上手花の寺 佳奈
春うれい日記に増えた余白かな 岡田 絮^{わた}
白球をさがす少年雪柳 ふさえ
春の月ミッフィー乗せて帰る舟 みえこ
春さざす術後の母の寝顔かな 多華子



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』

5月26日(金)

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

『スマホチョットお助け隊』

5月26日(金)

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。

