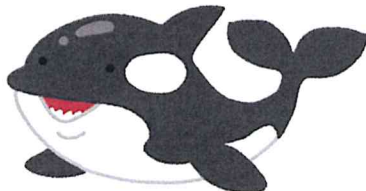


2021年8月

中央区東老人福祉センター

日	月		火		水		木		金		土	
1	2		3		4		5		6		7	
休館日			10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B		10:00 押絵		10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B			
	13:00 囲碁		13:00 煎茶道 13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル		13:00 歌謡舞踊 (入門・初級) 13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア				13:00 俳句 13:30 健康太極拳		13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁	
8	9		10		11		12		13		14	
休館日			10:00 シニア エクササイズ⑤ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 歌謡舞踊 (入門・初級)		10:00 健康体操なでしこ		10:00 百歳体操A 10:30 やさしいヨガなごみ 11:00 百歳体操B		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B			
					13:30 ボランティア				13:00 美書道		13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁	
15	16		17		18		19		20		21	
休館日			10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B				10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B		10:00 ハンドメイドひよこ	
	13:00 囲碁		13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル		13:30 ボランティア 13:30 木版画・植物画 14:00 アロマ講習会				13:30 健康太極拳		13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁	
22	23		24		25		26		27		28	
休館日	10:00 フラダンスティアレ		10:00 歌体操 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B		10:00 健康体操なでしこ		10:00 百歳体操A 10:30 やさしいヨガなごみ 11:00 百歳体操B		10:00 百歳体操A 10:00 オカリナひまわり 11:00 百歳体操B			
	13:00 囲碁 13:30 民踊		13:00 歌謡舞踊 (入門・初級)		13:30 ボランティア		14:00 けん玉教室		13:00 美書道		13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁	
29	30		31		※感染症拡大状況等により教室・行事等が 変更になる場合がありますのでご参加の際は ご確認ください。 							
休館日	10:00 フラダンスティアレ		10:00 百歳体操A 10:30 講師懇談会(予定) 11:00 百歳体操B									
	13:00 囲碁											

※感染症拡大状況等により教室・行事等が
変更になる場合がありますのでご参加の際は
ご確認ください。





センターだより 2021年8月



中央区社会福祉協議会



パソコン・スマートフォンからもセンターだよりを見られます。中央区社会福祉協議会のHPの新着情報をご覧ください。

8月恒例の納涼盆踊り大会(南大江保育所との世代間交流)は、残念ながら感染症拡大防止のため開催中止とします。

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ⑤

日時:8月10日(火)

午前10時~11時



場所:中央区東老人福祉センター

講師:イチローデイサービス派遣講師

内容:『免疫』についての

講話とエクササイズ

定員:20名(要申込・先着順)

持ち物:タオル・飲み物

参加料無料

~コロナ禍で疲れた心をアロマの香りで癒す~

アロマ講習会



日時:8月18日(水)

午後2時~3時30分

場所:中央区東老人福祉センター

講師:介護アロマセラピー

芳崎 欣子先生

内容:アロマの基礎知識を学び
アロマの香りを感じながら
セルフタッチを行う

参加費:500円

定員:15名(要申込・先着順)



5月度の講座が緊急事態宣言延長により中止となったため、
前回お申込みをされた方を優先とさせていただきます。

けん玉教室



参加料無料

~家でも出来る!体幹も鍛えられる!けん玉に挑戦~



日時:8月26日(木) 午後2時~3時30分

場所:中央区東老人福祉センター

講師:日本けん玉協会 2級指導員 横山 郷史先生

内容:けん玉を楽しみながら体幹を鍛え、脳を活性化し集中力をアップ
させ、足腰を中心に健康づくりや体力づくりを行います。

定員:15名(要申込・先着順)

6月度講座が緊急事態宣言延長により中止となったため、前回お申込みをされた方を優先とさせていただきます。

4・5・6月の事業報告

4月

4/22(木) 絵手紙教室
講師: 向井 巳喜夫 先生



たくさんの方にご参加いただきました。ありがとうございます。

※5月は緊急事態宣言発令に伴い、すべてのイベントが中止になりました。

6/22・23 スマートフォン体験講座

6月



iPhoneを使ってスマートフォン体験をしていただきました。

ももっぴいが東老人福祉センターに

遊びに来ました!



7クチン打ってもつづけよう、感染対策!

【来館時のお願い】

- 体調不良の方の入館はお控え願います。
- 受付にて体温の測定をします。37.5℃以上あった場合、入館はご遠慮いただきます。
- ご来館時は、マスクの着用をお願いします。
- 受付にて手指の消毒をお願いします。
- 飲み物はご持参ください。
- 館内での食事(菓子等も含む)は禁止です。
- トイレのハンドドライヤーは使用禁止です。ハンカチをご持参ください。



※イベントはすべて大阪市内在住の60歳以上の方対象です。
お申込みは窓口またはお電話にて受付ます。

《センターをご利用のみなさまへ》

- ・センターのご利用は、市内在住 60 歳以上の方が対象です。
- ・センターのご利用には、利用証が必要です。
- ・利用証がない方は受付で発行いたします。
- (※住所・年齢の確認できるもの(健康保険証など)をご持参ください。)
- ・利用証をなくされた方は再発行いたしますので、お申し出ください。
- ・大阪市内に『暴風警報』が発令された場合は臨時休業とします。
- ・教室、行事等の日程を変更することがあります。

【開館時間】午前10時～午後5時

【休館日】日曜・祝日・国民の休日・年末年始

【所在地】大阪府中央区農人橋 1-1-6

【電話】6941-7719 【Fax】6941-7709

中央区社会福祉協議会
「ふれあいセンターもも」が
LINE@をスタートしました!



【友だち登録の方法】



友だち登録

- ① LINEのホーム「」より、右上の友だち追加「」をタップ
 - ② QRコードをタップ
 - ③ 左のQRコードを読み取り
 - ④ 友だち追加をタップ
- ※ LINEのカメラを「許可」に設定してください

中央区社会福祉協議会、中央区地域包括支援センター、子ども・子育てプラザ東・南老人福祉センターのイベントや講座の情報をいち早くお届けします。詳しくお知りになりたい方は、事務所までお尋ねください。

Higashiの脳トレ⑤

※事務所窓口にて配布します!

日時: 8月2日(月)～8月31日(火)

午前10時～午後4時の間

※利用証をご持参ください。
(初めての方は発行します。)



おうちで気軽に脳トレにチャレンジ!
同じ問題を1か月間、窓口にて配布します。
1人1セット。百マス計算、漢字の読み書きなど、頭がやわらかくなる問題がたくさん!
解答付です。

【大阪府立中央区東老人福祉センター 付近図】



* 地下鉄谷町線・中央線8番出口より徒歩3分

同好会案内

興味のある方はぜひ一度ご見学にいらしてください！

同好会名	定例日	時間
生花同好会	第1(土)	13:30~15:30
押絵同好会	第1(水)	10:00~13:00
俳句同好会	第1(金)	13:00~15:30
木版画・植物画同好会	第1・3(水)	13:30~15:30
泰の会水墨・墨彩画同好会	第1・3(火)	13:30~15:30
美書道同好会	第2・4(金)	13:00~14:30
囲碁サロン	毎週(月)・(土)	12:00~17:00
ハンドメイドひよこ	第1・2・4・5(土)	13:00~15:30
	第3(土)	10:00~15:30
リサイクルクラブ	第1・3(火)	13:30~15:30
ボランティア	毎週(水)	13:30~15:30
民謡同好会	第1・3(木)	10:30~12:00
	第4(月)	13:30~15:00
歌謡舞踊同好会(入門初級)	第2・4(火)第1(水)	13:00~16:30
フラダンスティアレ	第2・4(月)	10:00~11:30
健康太極拳同好会	第1・3(金)	13:30~15:00
歌体操輝くバラの会	第4(火)	10:00~12:00
健康体操なでしこ	第2・4(水)	10:00~11:30
やさしいヨガなごみ	第2・4(木)	10:30~11:45
考楽社(煎茶道)	第1(火)	11:00~16:30
いきいき百歳体操A	毎週(火)・(木)	10:00~10:40
いきいき百歳体操B	毎週(火)・(木)	11:00~11:40

※定例日及び時間は変更になる場合があります。詳細はお問合せください。

同好会名	定例日	時間
社交ダンス同好会	第2・3・4・5(土)	13:30~15:30
フォークダンスサークル	第1・3(月)	10:00~12:00
詩吟同好会	第2・4(水)	13:00~15:30
民謡クラブ	第2・4(金)	13:30~15:30
謡曲同好会	第2(木)	13:30~15:30
遊歌クラブ	第1・3(金)	10:30~12:00
歌謡同好会①	第2(木)	13:00~14:30
歌謡同好会②	第2(木)	14:40~15:40
カラオケ同好会①	第4(金)	10:00~12:00
カラオケ同好会②	第4(水)	13:00~15:30
なつメロ同好会	第3(月)	13:00~15:30
尺八同好会(初級)	第1・3(火)	13:00~14:30
(中級)	第1・3(火)	14:30~16:00
オカリナ同好会ひまわり	第2・4(金)	10:00~11:30
とまり木(ふれあい喫茶)	第2・4(火)	13:30~15:30



右側の同好会は感染症予防を考慮して現在活動休止中です。



東 句 会

初かつを土佐のいごっそう浜駈ける

絹 江

杜若系ほどの雨まつ直ぐに

良 子

喜寿を祝ぎ今宵は夫と初かつを

純 子



今月の美書道

之衣

智加子書

久冬之

靖彦書

左より 石田 智加子さん 池田 靖彦さん

