

2021年12月

中央区東老人福祉センター
問合せ先 ☎06-6941-7719

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
休館日			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	10:00 大正琴
			13:30 木版画・植物画	14:00 スマホ講習会 ①	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
			13:30 ボランティア			
			14:00 ウィンター コンサート (中央会館)			
5	6	7	8	9	10	11
休館日		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 11:00 百歳体操B	
	13:00 囲碁 13:30 すこやかマッサージ &ダンス	13:00 煎茶道 13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル	13:00 詩吟 13:30 ボランティア 13:30 歴史 ウォーキング	14:00 手作りの部屋 	13:00 美書道	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁
12	13	14	15	16	17	18
休館日	10:00 フラダンスティアレ	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 大正琴 10:00 ハンドメイドひよこ
	13:00 囲碁	13:30 歌謡舞踊 (入門・初級) 14:00 スマホ講習会 ②	13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア	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
19	20	21	22	23	24	25
休館日		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 11:00 百歳体操B	
	13:00 囲碁 13:30 民踊	13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル	13:30 ボランティア	13:30 お誕生会・ 落語会	13:00 美書道	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁
26	27	28	29	30	31	
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 百歳体操A 10:00 歌体操 11:00 百歳体操B				
	13:00 囲碁 13:30 お正月花 講習会		休館日	休館日	休館日	

* 教室・行事等の日程を変更する事がありますのでご注意ください。

* 気象通報により大阪市内に『暴風警報』が発令された時、または突発的事故発生の場合は当センターの利用を中止することがあります。

* センターだより作成後の紙面上の追加・変更はできかねますのでご了承ください。

東センターだより 中央区 2021年12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。



LINE@のお友達登録をしていただくと、最新のセンターだよりなどの情報が見れます。
是非、お友達登録をお願いいたします。



中央区高齢者生きがいと健康づくり総合推進事業 中央区東・南老人福祉センター合同事業

参加費無料

ウィンターコンサート～鍵盤が奏でる癒しのしらべ♪～

日時：12月1日(水)

午後2時～3時(開場 13時30分)

場所：中央会館 (住所：中央区島之内2-12-31)

出演：秦 コータローさん

定員：100名(要申込・先着順)

【東・南 各50名】



スマートフォン体験講座

参加費無料

日時：12月2日(木) 午後2時～4時

①初めてのスマホ入門講座 iPhone編

12月14日(火) 午後2時～4時

②初めてのスマホ入門講座 LINE編

場所：中央区東老人福祉センター

講師：ソフトバンク(株)派遣講師

定員：各回15名(要申込・先着順)

※10月度に開催した内容と同様なため、初めて受講される方を優先させていただきます。



すこやかマッサージ&ダンス②

日時：12月6日(月)

参加費無料

午後1時30分～2時30分

場所：中央区東老人福祉センター

講師：藤村 千恵子先生

内容：リンパマッサージを含む

簡単なマッサージやダンス

定員：20名(要申込・先着順)



お正月花講習会

日時：12月27日(月)

午後1時30分～3時

場所：中央区東老人福祉センター

講師：新居 哲甫先生(未生流大阪家元)

定員：10名(要申込・先着順)

参加費：3,000円

※参加費を添えて窓口にお申込みください。



中央区東・南老人福祉センター共催

歴史・健康ウォーキング

【京街道コース(約4km)】

日時:12月8日(水)

※予備日12月15日(水)

午後1時30分～4時

集合:大阪メトロ天満橋駅地上
(スターバックスコーヒー前)
午後1時30分(時間厳守)

参加費:30円(保険料)

※交通費は自己負担

定員:20名(要申込・先着順)

【東・南 各10名】

持ち物:雨具・お茶



おたんじょうび
おめでとう!

10・11・12月生まれ お誕生会・落語会

日時:12月23日(木)

参加費無料

午後1時30分～2時30分

場所:中央区東老人福祉センター

内容:館長挨拶・記念撮影・落語

定員:25名(要申込・先着順)

申込締切:12月16日(木)

落語は、若干名ですがお誕生月以外の方でもご参加できます。
詳しくは、事務所までお問い合わせください。



～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:12月16日(木)

午後2時～3時30分

場所:中央区東老人福祉センター

参加費:500円

定員:15名(要申込・先着順)

申込みは、終了しています。

※9月の講座が緊急事態宣言延長により中止となったため、前回申込みをしていた方のみとなります。改めて募集は致しません。



Higashiの脳トレ⑨

参加費無料

※事務所窓口にて配布します!

日時:12月1日(水)～12月28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。

おひとり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。



※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。

・受付にて、引き続き検温(37.5℃以上の方は入館をご遠慮いただきま
す)、手指の消毒、マスクの着用をお願いします。

【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】大阪市中心区農人橋 1-1-6

【電話】6941-7719 【Fax】6941-7709



【大阪市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	募集
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)	13:00~17:00	○
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)	13:30~16:30	○
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	○
大正琴野の花	第1・3(土)	10:00~12:00	○
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)	10:00~10:40	○

○印は、現在募集中ですが、新型コロナウイルス拡大防止のため、中止している場合があります。

※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	募集
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

銀杏の実除けながらゆく御堂筋

千為子

朗読のページ捲りて秋閑ける

照子

名も知らぬ赤き実のなり秋深む

絹江

今月の美書道

謹賀新年

初春のお慶びを
中へ上げます
今年も何卒よろしく
お願い致します
右 栗本 和子

令和四年元旦

初春のお慶びを
中へ上げます
今年も何卒よろしく
お願い致します
右 末政 美恵子

左から、末政 美恵子さん、栗本 和子さん

