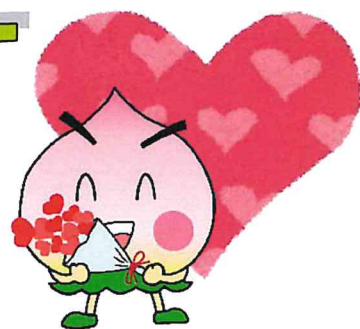


中央区南老人福祉センター センターだより 2020年2月号



中央区社協HPの最新情報からセンターだよりが見られます！

主催：中央区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業
中央区南老人福祉センター、中央区子ども・子育てプラザ、中央区南老人クラブ連合会

ふれあい伝承遊び

参加費無料

日時：2月1日（土）午前10時～12時

場所：中央区南老人福祉センター・中央区子ども・子育てプラザ

内容：こま、けん玉、お手玉などの昔ながらの「伝承遊び」を行います。

1階（老人福祉センター）では茶道や将棋を行います。

※茶道はお抹茶がなくなり次第終了します

申込：※事前のお申込みは不要です。

数独パズル問題もあります！



タブレットで楽しもう！

参加費無料

日時：2月7日（金）

①午後1時～2時 ②午後2時30分～3時30分

場所：中央区南老人福祉センター 大店間

内容：実際にタブレットを操作して学ぶ体験型教室

定員：各24名

申込：1月14日（火）より窓口・電話にて受付

対象：市内在住 60歳以上の方



すこやかマッサージ&ダンス

参加費無料

日時：2月21日（金）

午後1時30分～2時30分

場所：中央区南老人福祉センター 大店間

講師：FUN-BEAT DANCE SCHOOL

代表 藤村千恵子先生

内容：マッサージと体を動かすこと健康維持・増進をはかります。

定員：50名（先着順・要申込）

対象：市内在住の60歳以上の方



～頭の体操！あなたの脳は若返る～ おとなのてらこや

日時：2月27日（木）

午後1時30分～3時

場所：中央区南老人福祉センター 大店間

講師：特定非営利活動法人ハートフレンド

参加費：100円

準備物：筆記用具・資料持ち帰り用手提げ袋等

内容：介護予防・認知症予防を目的
とした脳と身体の活性化を図る

定員：35名（先着順）

申込：窓口

対象：市内在住 60歳以上の方

※無料イベントの参加申込は受付窓口または ☎06-6213-2172 までお願いします。

定例イベント

シニアいきいきあそび

日時：2月5日（水）
午前10時30分～正午

参加費無料

場所：中央区南老人福祉センター
講師：鴻野知央先生
内容：ゲーム、体操等
定員：40名（先着順・要申込）
持ち物：タオル
（動きやすい服装でお越しください）
申込：窓口、電話にて受付

中央会館で開催！

童謡ひろば



歌詞本お忘れなく！

10時～10時15分「ボランティアについて」

日時：2月18日（火）

午前10時15分～11時45分

場所：中央会館1階ホール
講師：一ノ瀬美貴子先生
参加費：100円
（お釣りがないようご準備ください）
持ち物：歌詞本2冊
定員：150名程度（先着順）
申込：不要（当日直接会場へお越しください）

懐かしの名曲 レコードコンサート♪

参加費無料

日時：2月19日（水）
午前10時～11時

場所：中央区南老人福祉センター
内容：懐かしの音楽を聴き、
心のリフレッシュをはかりましょう
講師：北澤望夢先生
定員：40名（先着順・要申込）
申込：窓口、電話にて受付

リズムストレッチ体操

日時：2月12日・26日（水）
午前10時30分～正午

場所：中央区南老人福祉センター
講師：丸岡節子先生
定員：50名（先着順・要申込）
参加費：1,000円（1・2・3月6回分）
申込：参加費を添えて窓口へ

おもしろ健康智恵教室

日時：2月22日（土）
午後1時30分～3時

参加費無料

場所：中央区南老人福祉センター
講師：今田三郎先生
定員：50名（先着順・要申込）
申込：窓口、電話にて受付

数独 チャレンジ！



参加費無料

受付時間：午前10～12時
午後1時～4時30分

プリントは、どなたも同じ問題になります。
一日一問、無理せずコツコツ柔らか頭を
維持しましょう！

ふれあい伝承遊びと同時開催！

世代間交流 将棋体験

日時：2月1日（土）

午後10時～12時

場所：中央区南老人福祉センター1F



※小学生に将棋を教えるボランティア募集！

その他

中央区南老人センター 2020年2月予定表

日	月	火	水	木	金	土
生活自立出張相談会開催! 日時:2月19日 午前10時~正午 ① まずはお話をお聞かせください。 ② 困り事、悩み事を整理し生活の状況を見つめます。 ③ 課題解決に向けて寄り添い支援します。						1 10:00 世代間交流 ふれあい 伝承遊び
 生活の中の困りごと、不安… かかえこんでいませんか? ◇収入が不安定で生活費に困っている ◇仕事がなかなか見つからない、続かない ◇離職して収入がないので家賃が払えない など						
2	3	4	5	6	7	8
休 館 日	10:00 スクエアダンス 10:00 卓球 A	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:00 フラダンス 11:20 百歳体操 C	10:00 謡曲 10:30 シニアいきいき	11:00 水墨 A	10:00 オカリナ 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:00 尺八 A
	12:00 卓球 B 13:15 大正琴 A 14:00 卓球 C 15:15 大正琴 B	13:30 手芸 健康の〜びのび 着付け	13:00 コーラス 13:30 絵画(自習)	13:00 歌謡 A 14:00 水墨 B 14:40 歌謡 B	13:00 詩吟 タブレットで 楽しもう!!	12:00 カラオケ
9	10	11	12	13	14	15
休 館 日	10:00 太極拳 10:00 卓球 A	休 館 日	10:30 リズムストレッチ	10:30 ヨガ教室 11:00 水墨 C	10:00 太極拳 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	
	12:00 卓球 B 13:30 社交ダンス 14:00 卓球 C		13:30 絵画 13:30 民謡	12:00 箏曲 14:00 水墨 D	13:00 民謡 14:00 書道	12:00 カラオケ
16	17	18	19	20	21	22
休 館 日	10:00 スクエアダンス 10:00 卓球 A	10:00 於中央会館 ポランディアについて 10:15 童謡ひろば 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:00 懐かしの名曲 レコードコンサート 10:00 生活自立 相談会		10:00 オカリナ 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:00 尺八 B
	12:00 卓球 B 13:15 大正琴 A 13:30 社交ダンス 14:00 卓球 C 15:15 大正琴 B	13:30 民研 13:30 手芸	13:00 コーラス 13:30 絵画(自習)	13:00 歌謡 A 13:30 俳句 14:40 歌謡 B	13:00 詩吟 すこやか マッサージ &ダンス	13:30 おもしろ 健康智恵教室
23	24	25	26	27	28	29
休 館 日	休 館 日	10:00 百歳体操 A 10:30 刺繍 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:30 リズムストレッチ	10:30 ヨガ教室	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	
		13:00 フラダンス 13:30 刺繍 B 13:30 着付け	13:30 民謡	12:00 箏曲 13:30 おとなの てらこや	13:00 民謡 14:00 書道	12:00 カラオケ

※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。

※大阪市に「暴風警報」が発令された場合は利用を中止とする事があります。

教室・同好会（他）案内

教室・同好会	開催日	時間	募集
囲碁・将棋ひろば	月～土	13:00～16:45	自由参加
卓球ひろば A	月	10:00～11:50	○
卓球ひろば B		12:00～13:50	△
卓球ひろば C		14:00～15:50	△
ゆびの体操・趣味の大正琴 A		13:15～15:00	○
ゆびの体操・趣味の大正琴 B		15:15～16:30	○
スクエアダンス		10:00～12:00	○
健康太極拳教室		10:00～11:30	△
社交ダンスひろば		13:30～15:30	○
いきいき百歳体操 A	火・金	10:00～10:30	△
いきいき百歳体操 B		10:40～11:10	△
いきいき百歳体操 C		11:20～11:50	△
健康の～びのび♪体操	火	第 1 13:30～14:30	○
手芸教室		第 1・3 13:30～15:30	○
着物着付教室		第 1・4 13:30～15:30	○
フラダンス（ブルメリア）		第 2・4 13:00～15:00	○
民謡研究会		第 3 13:30～15:30	○
刺繍教室 A		第 4 10:30～12:30	○
刺繍教室 B			○
※コーラス（コール・エトワール）	水	第 1・3 13:00～15:00	○
謡曲教室		第 1 10:00～12:00	○
絵画教室		第 1～3 13:30～15:30	○
民謡教室		第 2・4 13:30～15:30	○
水墨画のはがき絵 A	木	第 1 11:00～13:00	○
水墨画のはがき絵 B			○
水墨画のはがき絵 C		第 2 11:00～13:00	△
水墨画のはがき絵 D			△
歌謡教室 A		第 1・3 13:00～14:30	○
歌謡教室 B			△
箏曲		第 2・4 12:00～15:30	○
ヨガ教室		第 2・4 10:30～11:50	○
みなみ俳句教室		第 3 13:30～15:30	○
オカリナ教室	金	第 1・3 10:00～12:00	○
詩吟教室		第 1・3 13:00～15:30	○
書道教室		第 2・4 14:00～16:00	○
民謡教室		第 2・4・5 13:00～15:00	○
カラオケ同好会	土	第 1～3 12:00～16:00	○
尺八の広場 A		第 2 10:00～12:00	○
尺八の広場 B		第 4 10:00～16:45	○

※コーラスは老人クラブに入会の方のみ対象になります。

・○印は現在募集中です

・上記の開催日時は定例の場合で日程等変更になる場合があります。

・裏面の予定表で確認してください。詳細な内容につきましてはお問合せください。

12月の事業報告

12月6日 弦楽四重奏による生演奏



「民謡教室」会員募集中！

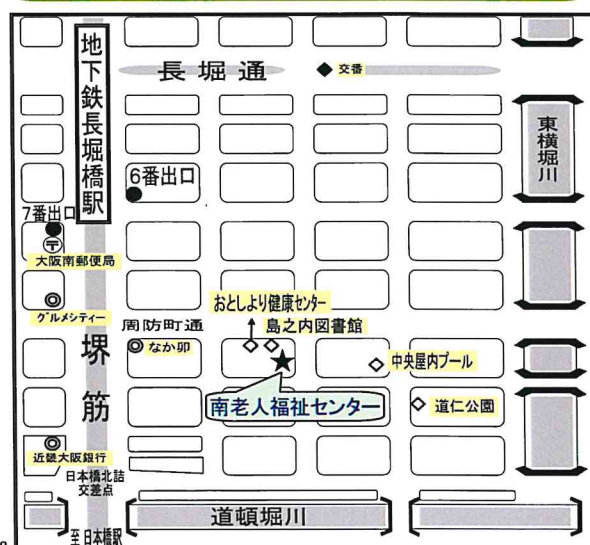
開催日：第2・4・5月曜

時 間：13:00～14:00

会 費：月 1,000 円

みなさまのご存知の楽しい、やさしい民謡

まずは見学・体験にいらしてください！



【所在地】 大阪市中央区島之内 2-12-6

【電 話】 6213-2172

【利用時間】 午前10時～午後5時

【休 館 日】 日曜、祝日、国民の日、年末年始

・センター利用の際は受付にて必ず利用証提示をお願いいたします。

地下鉄堺筋線「長堀橋駅」⑦番出口より徒歩約5分

※⑥番出口は現在封鎖中です！

