


中央区南老人福祉センター 2019年6月予定表

日	月	火	水	木	金	土
休館日	<h2 style="color: #FFD700;">～こんな電話は詐欺のはじまり～</h2> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div style="width: 60%;"> <p>息子を名乗って ●カゼをひいて声がおかしい ●携帯電話の番号が変わった</p> <p>警察官を名乗って ●詐欺の犯人がなぜかあなたの通帳をもっていた ●犯人が持っていた名簿にあなたの名前がある</p> <p>百貨店・家電量販店を名乗って ●あなたのクレジットカードが使用されている ●警察や銀行協会には連絡しておく</p> </div> <div style="width: 35%; text-align: center;">  </div> </div>					1
						カラオケ
						出張おもちゃ病院
休館日	3	4	5	6	7	8
	1000 スクエアダンス	1000 百歳体操A	1000 謡曲	1100 水墨A	1000 オカリナ	1000 尺八A
	1000 卓球ひろばA	1040 百歳体操B	1030 シニアいきいき	1300 歌謡A	1000 フォークダンス	
	1200 卓球ひろばB	1120 百歳体操C	1300 コーラス	1400 水墨B	1000 百歳体操A	1200 カラオケ
	1315 大正琴A	1330 手芸	1330 絵画	1440 歌謡B	1040 百歳体操B	1300 出張おもちゃ病院
	1400 卓球ひろばC	1330 健康の～びのび			1120 百歳体操C	
	1515 大正琴B	1330 着付け			1300 詩吟	
				1330 健康づくりリーダー養成講座		
休館日	10	11	12	13	14	15
	1000 太極拳	1000 中央会館 地域活動について	1030 リズムストレッチ	1030 ヨガ教室	1000 オカリナ講習会③	
	1000 卓球ひろばA	1015 中央会館 童謡ひろば	1330 絵画	1100 水墨C	1000 介護予防ポイント研修	
	1200 卓球ひろばB	1000 百歳体操A	1330 民踊	1200 箏曲	1000 百歳体操A	1200 カラオケ
	1330 社交ダンスひろば	1040 百歳体操B		1300 歴史ウォーキング	1040 百歳体操B	
	1400 卓球ひろばC	1120 百歳体操C		1400 水墨D	1120 百歳体操C	
		1300 フラダンス			1300 民謡	
				1400 書道		
休館日	17	18	19	20	21	22
	1000 スクエアダンス	1000 百歳体操A	1000 歌の心曲レコードコンサート	1030 文化祭実行委員会	1000 オカリナ	1000 尺八B
	1000 卓球ひろばA	1040 百歳体操B			1000 フォークダンス	
	1200 卓球ひろばB	1120 百歳体操C			1000 百歳体操A	
	1315 大正琴A	1330 民研	1300 コーラス	1300 歌謡A	1040 百歳体操B	1330 おもしろ健康智恵教室
	1330 社交ダンスひろば	1330 手芸	1330 絵画	1330 俳句	1120 百歳体操C	
	1400 卓球ひろばC			1440 歌謡B	1300 詩吟	
1515 大正琴B				1330 メイクアップセミナー		
休館日	24	25	26	27	28	29
	1000 太極拳	1000 百歳体操A	1030 リズムストレッチ	1030 ヨガ教室	1000 オカリナ講習会④	
		1000 サークルダンス			1000 百歳体操A	
		1030 刺繍A		1200 箏曲	1040 百歳体操B	
	1330 社交ダンスひろば	1040 百歳体操B	1330 民踊	1330 健康づくりリーダー養成講座	1120 百歳体操C	1200 カラオケ発表会
		1120 百歳体操C			1300 民謡	
		1300 フラダンス			1400 書道	
	1330 刺繍B					
	1330 着付け					

文化祭実行委員会
開催のお知らせ

日時：6月20日（木）午前10時30分～11時30分
 場所：中央区南老人福祉センター大広間
 参加者：各サークルの世話役の方
 ※世話役方の出席が無理な場合は必ず代理の方のご出席をお願いします。
 内容：2019年度の文化祭について



※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ことがあります。

中央区南老人福祉センター センターだより 2019年6月号



中央区社協HPの新着情報からもセンターだよりが見られます！

中央区南・東老人福祉センター合同行事

健康づくりリーダー養成講座

元気で長生き楽しく体を動かしましょう！



参加費無料

開催場所：中央区南老人福祉センター

日時：6月7日(金) 午後1時30分～3時
内容：ストレッチ、転倒予防、認知症予防
講師：澤田淑子先生
(大阪市生涯学習インストラクター)

日時：6月27日(木) 午後1時30分～3時
内容：美しい歩き方、ウォーキングレッスン
講師：白坂秀司先生
(大阪市生涯学習インストラクター)

中央区南・東老人福祉センター合同行事

歴史(健康)ウォーキング

日時：6月13日(木)

※雨天時6月18日(火)延期

集合時間：午後1時

集合場所：JR 寺田町駅南口改札前

行程：難波京朱雀大路コース(4.5 km)

参加費：30円(保険代)、交通費自己負担

定員：30名(各センター15名)

申込：参加費を添えて窓口へ

対象：市内在住60歳以上の方

メイクアップ セミナー

参加費無料



開催日時：6月21日(金)

午後1時30分～3時

場所：中央区南老人福祉センター

内容：講義と実習

講師：近畿中央ヤクルト販売(株)

定員：20名(先着順・要申込)

対象：市内在住60歳以上の方

申込：窓口、電話にて受付

初開催！

サークルダンス

参加費無料



開催日時：6月25日(火)

午前10時～11時30分

開催場所：中央区南老人福祉センター

内容：サークルダンス

世界各国の音楽に簡単なステップや振付けをしたもので手を繋いで輪になって踊ったり男女パートに分かれて踊ったりします。

定員：30名(先着順・要申込)

講師：平田綾子先生

(シニア産業カウンセラー・音楽療法士)

対象：市内在住60歳以上の方

申込：窓口、電話にて受付

シニアいきいき遊び

日時：6月5日(水)

参加費無料 午前10時30分～正午

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)

中央会館で開催!

童謡ひろば



10時～10時15分「地域の活動って!」

日時：6月11日(火)

懐かしの名曲 レコードコンサート

日時：6月19日(水)

参加費無料 午前10時～11時

午前10時15分～11時45分

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)

歌詞本お忘れなく!

懐かしの名曲 レコードコンサート

日時：6月19日(水)

参加費無料 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

開催日時：6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(6月2回分)
申込：参加費を添えて窓口へ

おもしろ健康智恵教室

開催日時：6月22日(土)
午後1時30分～3時

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)
参加費：300円
申込：参加費を添えて窓口へ

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く頭を
維持しましょう!

介護ポイント專業とは…

「ちょっとしたお手伝い」をやっていただけの方を募集します!
【ポイント対象となる活動】

事前に研修を受け登録をした65歳以上の方が、特別養護老人ホームなどの介護保険施設や保育所や、支援を必要とする方のご自宅等でポイントの対象となる活動をおこなった場合に、ポイントが貯まり、貯まったポイントは、換金する事ができます。

※お申込み・お問合せ先 大阪市社会福祉協議会 介護予防ポイント事業担当
電話 06-6765-5610 ・ FAX 06-6765-3512

- ※介護保険施設での活動
- 行事・レクリエーションの補助
- 話し相手
- 食事介助の補助(テーブル拭き、配膳等)
- 清掃(入所者・利用者が使用する場所)など

- ※保育所での活動
- 行事・遊びの補助
- 安全確認
- 花壇や菜園の手入れや水やり
- 清掃(子どもたちが使用する場所)
- 外出時(散歩や遠足)の補助 など

教室・同好会（他）案内

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

4月のイベント報告

4月19日 津軽三味線で楽しく唄いましょう!



4月24日 ふれあいコンサート



【所在地】 大阪市中央区島之内 2-12-6

【電話】 6213-2172

地下鉄堺筋線「長堀橋駅」⑥番出口より
徒歩約5分

【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。

・センター利用は市内在住60歳以上の方
対象です。

