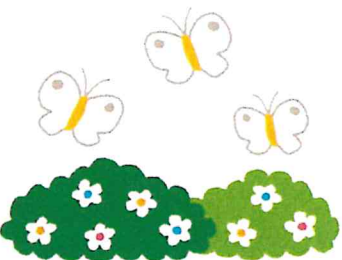


2022年6月

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 ボランティア 13:30 木版画・植物画	14:00 けん玉	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 生花
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	13:00 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・健康 ウォーキング②		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 ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ③ 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)	13:30 ボランティア 13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	14:00 スマホ講座	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 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	*教室・行事等の日程を変更する場合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、または突発的な事故発生の場合は、当センターの利用を中止することがあります。 *センター日より発行後、紙面上の追加・変更は出来かねますのでご了承ください。 	
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 百歳体操A 10:30 歌体操 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 歌謡舞踊 (入門・初級)	13:30 ボランティア			



センターだより 2022年6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が見られます。中央区社会福祉協議会のHPの最新情報をご覧ください。



「ふれあいセンターもも」とLINE@でお友達登録をしていただくと、最新のセンターだよりや情報などが簡単に確認できます。LINE@のお友達登録をお願いいたします。

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

日時: 6月8日(水)

午後1時30分～4時

【予備日: 6月21日(火)】

コース: 天王寺七坂コース(約4km)

集合: 大阪メトロ谷町九丁目駅3番出口

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】

先着順

申込み

済

キャンセル待ち

キャンセル待ち

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ③

参加費無料

日時: 6月14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センター

派遣職員

内容: 介護保険について

定員: 20名(要申込・抽選)

申込締切日: 6月7日(火)

※当選者には、6/8に電話連絡をいたします。

申込み

済

抽選結果

当選

キャンセル待ち

キャンセル待ち

スマートフォン講習会

日時: 6月16日(木)

午後2時～4時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: 「スマホ体験講座

シンプルスマホ Android 編」

講師: ソフトバンク株式会社派遣職員

※契約会社問わず、どなたにでもご参加いただけます。

定員: 15名(要申込・抽選)

申込締切日: 6月9日(木)

※当選者には、6月10日に電話連絡をいたします。



参加費無料

申込み

済

抽選結果

当選

キャンセル待ち

キャンセル待ち

4・5・6月生まれ お誕生会&落語会

参加費無料

日時: 6月23日(木)

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)

申込締切日: 6月16日(木)

※落語は、若干名ですがお誕生日月以外の方でもご参加いただけます。
詳しくは、事務局までお問い合わせください。

先着順

申込み

済

キャンセル待ち

キャンセル待ち

いきいき百歳体操 参加費無料

日時:毎週 火・木・金曜日

Aクラス:午前10時~10時40分

Bクラス:午前11時~11時40分

場所:中央区東老人福祉センター

内容:「いきいき百歳体操」は、DVDを見ながらイスに座って自分のペースで体操を行います。運動が苦手な方でも、気軽にご参加いただけます。

定員:15名程度

申込み:センターへお問い合わせください。



東老人福祉センターからのお願い

いつも東老人福祉センターをご利用いただきありがとうございます。

【忘れ物】

忘れ物(スリッパ・水筒・手袋・帽子等)は、当センター事務所で1ヶ月間保管し、保管期間中に申し出がない場合は、処分させていただきます。

【私物】

共有スペースには、私物等を置くスペースはございません。私物はそのままお持ち帰りください。

(紛失、盗難事故が発生した場合、当センターは一切責任を負いかねます。)

みなさま、ご協力の程よろしくお願いいたします。



「センターだより5月号」が見れます!



お持ちのスマートフォン等で、右のQRコードを読み込んでいただくと、カラー版でセンターだよりが見れます。



Higashiの脳トレ6月号

※ 事務所窓口にて配布します! 参加費無料

日時:6月1日(水)~6月30日(木)

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。

お知らせ

申し込み多数のイベントは抽選とします。

① 窓口もしくは電話で申し込み

先着順ではありませんので、慌てず申込締切日の午後5時までに申し込みを行ってください。

② 抽選

抽選結果は、当選された方にセンターより電話連絡をいたします。

※ 定員に満たなかった場合は、すべての方に連絡をいたします。



③ その他

※ 欠席される場合は、開催日の2日前までにセンターへ必ずご連絡をお願いいたします。

※イベントはすべて大阪市内在住の60歳以上の方が対象です。
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)	13:30~15:00	○
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)	13:00~16:30	○
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)	13:30~16:00	○
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)	10:30~12:00	○
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	第1・3(土)	10:00~12:00	○
けん玉同好会	第1(木)・第3(水)	14:00~15:30	○
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	○

○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。

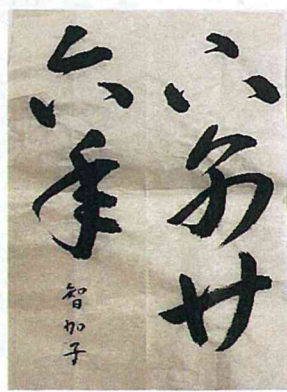
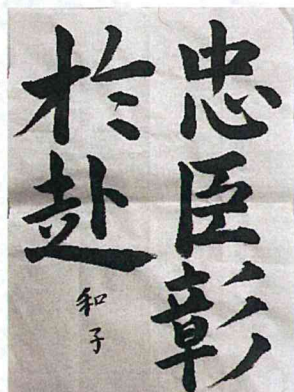
※定例日及び時間は変更になる場合があります。
詳細は、お問い合わせください。

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	×
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一部休止中です。

今月の美書道



左から、栗本 和子さん、石田 智加子さん



筋トレの三婆の背に辛夷かな

さんば

会

こぶし

指先は大地の匂ひ蓬摘む

よもぎ

コロナ禍と戦禍を払う春祭

やえ子

克江

純子