

2022年9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
休館日	＊教室・行事等の日程変更を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、または突発的の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。 ＊センターだより発行後の紙面上の追加・変更は出来かねますので、ご了承ください。			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 10:30 音楽のお部屋 11:00 百歳体操B	10:00 大正琴 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 生花
				14:00 けん玉同好会	13:00 俳句 13:30 健康太極拳	
4	5	6	7	8	9	10
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 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	13:30 木版画・植物画 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
11	12	13	14	15	16	17
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® 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 民踊 11:00 百歳体操B	10:00 百歳体操A 10:30 音楽のお部屋 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 介護予防教室	13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 けん玉同好会	13:30 健康太極拳	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁
18	19	20	21	22	23	24
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 やさしいヨガ なごみ 11:00 百歳体操B	
			13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル	13:30 木版画・植物画 13:30 ボランティア 14:00 在宅医療 講演会①	13:30 お誕生会 & 落語会	
25	26	27	28	29	30	
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 健康体操なでしこ	10:00 百歳体操A 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 健康セミナー① 14:45 健康セミナー②	13:30 グラスアート 教室 13:30 ボランティア			13:00 美書道



センターだより 2022年9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。

介護予防教室

参加費無料

日時: 9月13日(火)

午後2時~3時

場所: 中央区東老人福祉センター

講師: 中央区保健福祉課

管理栄養士 村岡 知美 さん

内容: 健康セミナー

『毎日の食事で免疫力アップ』

定員: 20名(要申込・先着順)

先着順



申込み

済

キャンセル待ち



在宅医療講演会

参加費無料

日時: 9月21日(水)

午後2時~3時

場所: 中央区東老人福祉センター

講師: ハラダきこえクリニック北浜

原田 昌彦 先生

内容: 『加齢性難聴と補聴』

定員: 20名(要申込・先着順)

先着順



申込み

済

キャンセル待ち



健康セミナー

できるかな!?
チャレンジ

日時: 9月27日(火)

①午後1時30分~2時30分

②午後2時45分~3時45分

場所: 中央区東老人福祉センター

講師: 近畿中央ヤクルト販売株式会社

戸川 真早美さん

内容: 『感染症から身を守るためには』

~感染症に打ち勝つチカラ~

定員: 各回20名(要申込・抽選)

申込締切日: 9月20日(火)

※抽選の上、当選者の方に電話連絡します。

参加費無料

申込み

済

抽選結果

当選

キャンセル待ち



グラスアート教室

日時: 9月28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: 温井 一三さん

内容: グラスアート

参加費: 700円(当日徴収します。)

定員: 10名(要申込・抽選)

申込締切日: 9/21(水)

※抽選の上、当選者の方に電話連絡します。



申込み

済

抽選結果

当選

キャンセル待ち



※イベントの申込は、センターだより発行日より受付けています。

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ⑥

参加費無料

日時:9月13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:『転倒予防』について

定員:20名(要申込・**抽選**)

申込締切日:9月6日(火)

※抽選の上、当選者の方に電話連絡します。

申込み



抽選結果



キャンセル待ち



7・8・9月生まれ お誕生会&落語会

参加費無料

日時:9月22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:9月15日(木)

※落語は、若干名ですがお誕生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



キャンセル待ち



Higashiの脳トレ9月号

※事務所窓口にて配布します! 参加費無料

日時:9月1日(木)~9月30日(金)

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。

「センターだより8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ご覧いただけます。



お願い

自転車でお越しの方へお願い

老人福祉センターの駐輪スペースは、スロープを上がって自動扉を通り過ぎたところにあります。

歩行者等の迷惑になるため、歩道・錦郷公園内、スロープ等は駐輪禁止となっています。皆様のご協力をお願いいたします。



スロープを上がったとこと、駐輪スペースがあります。

※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】大阪市中央区農人橋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)	13:00~15:00	○
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	○
音楽のお部屋	第1・3(金)	10:30~12:00	×
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)	11:00~11:40	○

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。

○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。

サークル参加者大募集

歌謡舞踊同好会

歌謡曲に合わせて楽しく踊りながら無理なく体幹トレーニングができ、身体の内筋が鍛えられ姿勢も良くなります。楽しく一緒に踊りましょう!!

是非、一度ご見学にお越しください。

活動日：毎月第2・4火曜日
 午後1時30分~4時

講師：岡原 恵子 先生



東句会

大瓜来三度三度に揉まれるし

絹江

清方の美女立ちにけり桐の花

克江

父の日や顔の中なる夫に謝す

つま
千爲子