



センターだより 2024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。

中央区高齢者の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共催

参加費無料

ウィンターコンサート♪ ～秦コータロー凱旋ライブ2024～

シンガーソングライター「キクチタケシ」とコラボ決定!!

日時: 12月4日(水)

午後2時～3時(開場: 1時30分～)

場所: 中央会館(島之内2-12-31)

内容: アコーディオンとピアノの演奏

定員: 100名(要申込・先着順)

【東・南老人福祉センター各50名】



だいちゃん先生の骨盤体操

参加費無料

日時: 12月10日(火)

午前10時～11時30分

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: 骨盤のゆがみを

ゆるやかに整える体操

定員: 25名(要申込・抽選)

申込締切日: 12月3日(火)

当選発表: 12月4日(水)午後1時以降
LINE・窓口にて当選者の発表を行います。各自抽選番号をご確認ください。なお、お電話でのお問い合わせも可能です。

※センターからの電話連絡は致しません。

抽選

申込み

済

抽選結果

当選

お正月花講習会

日時: 12月24日(火)

午後1時30分～3時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: お正月用の華やかなお花を使った生花講習会(未生流大阪)

定員: 10名(要申込・先着順)

参加費: 4,000円

申込締切日: 12月17日(火)

午後4時まで

※参加費を添えて、窓口でお申し込み下さい。

※申込締切日以降のキャンセルは返金できません。



申込み

済

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。☎06-6941-7719

冬の交流会

参加費無料

日時: 12月10日(火)

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: 中央区東老人福祉センター同好会(フラダンス・オカリナひまわり)と南大江保育所園児の交流会

定員: 20名(要申込・先着順)



申込み

済

キャンセル待ち



10・11・12月生まれお誕生会&落語会

参加費無料

日時: 12月19日(木)

午後2時~3時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: 参加者紹介・写真撮影・落語
オカリナひまわりの演奏披露

定員: 25名(要申込・先着順)

※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、事務所までお問合せ下さい。



申込み

済

キャンセル待ち



全館停電のお知らせ

12月2日(月)正午から午後4時頃まで電気設備法定点検を行うため全館停電になります。そのため【囲碁サロン】はお休みとさせていただきます。予めご了承ください。



センターだより11月号

お持ちのスマートフォン等で右の2次元コードを読み取っていただくと、センターだよりが、カラー版で見れます!



各同好会 年末お休み情報(11/12 現在)

日	同好会名
12/24(火)	歌体操輝くバラの会
12/25(水)	東 de ラジオ体操
	カードボランティア 詩吟
12/27(金)	オカリナひまわり
12/28(土)	社交ダンス
	ハンドメイドひよこ 囲碁(備品掃除のためお休み)



Higashiの脳トレ12月号

※事務所窓口にて配布します! 参加費無料

日時: 12月2日(月)~12月28日(土)

午前10時~午後4時

※利用証をご持参ください。(初めてのの方は発行します。)



Instagram

最新の情報や報告などを発信しています。

お楽しみに!是非フォローしてください!

スマートフォンにインスタグラムのアプリを取得したい方は、職員がお手伝いします。お気軽にお声掛けください。



《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館とします。
- ・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】大阪府中央区農人橋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	
文化系(絵・字等)	生花	第1(土)	13:30~15:00	○
	押絵	第1(水)	10:00~12:00	休止中
	俳句	第3(金)	13:00~15:30	○
	木版画・植物画	第1・3(水)	13:30~15:30	○
	泰の会水墨・墨彩画	第1・3(火)	13:30~15:30	○
	美書道	第1・3(金)	10:00~12:00	○
	囲碁サロン	毎週(月)・(土)	13:00~16:30	○
	考楽社(煎茶道)	第1(火)	11:00~16:30	○
	手芸	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		第2・4(水)	13:30~15:30	○
歌	詩吟	第2・4(水)	13:00~15:30	○
	民謡クラブ	第2・4(金)	13:30~15:30	○
	謡曲	第2(木)	13:30~15:30	○
	音楽のお部屋	第1・3(金)	10:30~12:00	○
	歌謡	第2(木)	13:30~15:00	○
	歌謡(練習)	第4(金)	10:00~12:00	×
	カラオケ	第4(水)	13:00~15:30	○
	なつメロ	第3(月)	13:00~15:30	○

同好会名	定例日	時間	募集		
踊り・ダンス	民踊	第1・3(木)	10:30~12:00	○	
		第4(月)	13:30~15:00	○	
	新舞踊(初級)	第2・4(火)	13:30~15:30	○	
	フラダンスティアレ	第2・4(月)	10:00~11:30	○	
	社交ダンス	第2・3・4・5(土)	13:30~15:30	○	
楽器	大正琴	第1・3(土)	10:00~12:00	○	
	尺八	第1・3(火)	13:30~16:00	○	
	オカリナ ひまわり	第2・4(金)	10:00~11:45	×	
体操系	健康太極拳	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	○	
	けん玉	第1(木)・第3(水)	14:00~15:30	○	
	東deラジオ体操	毎週(水)	10:30~11:00	○	
	注意	いきいき百歳体操A	毎週(火)・(木)・(金)	10:00~10:40	○
		いきいき百歳体操A	第4(金)のみ	13:30~14:10	○
	注意	いきいき百歳体操B	毎週(火)・(木)・(金)	11:00~11:40	○
		いきいき百歳体操B	第4(金)のみ	14:30~15:10	○
他	とまり木(ふれあい喫茶)	第2・4(火)	13:30~15:30	休止中	

※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。

其葉非
蓮性

洋子

翼 洋子

【美書道】

東句会



やうやくにスキップできて秋日和
克江
お返しの皿に焼き栗一掴み
義征
大阪城囲む大樹に小鳥来る
千鳥子

詩吟同好会 会員大募集!!

詩吟は伝統芸能のひとつです。腹式呼吸で腹から声を出すことで酸素を多く取り込み、全身の活性化とストレス解消になり、心身をリラックスさせて脳の健康にも良いようです。一度ご見学にお越しください。

活動日:毎月第2・4水曜日 午後1時~3時30分

講師:井上 容声先生

(関西詩吟文化協会)



俳句同好会 会員大募集!!

俳句を詠むのは日本古来の脳トレのひとつとして注目を集めています。移ろう季節の変化を観察して、景色や生活のことを自由に五・七・五で詠んでみませんか?ご興味がある方は、一度ご見学にお越しください。

活動日:毎月第3金曜日 午後1時~3時

講師:堀江 信彦先生

(関西ホトギス同人会事務局長)



2024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	5	6	7
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B	10:00 美書道 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
	12:00 正午より 電気点検の ため停電	13:00 煎茶道 13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル 13:30 尺八	13:30 木版画・植物画 14:00 ウィンター コンサート (中央会館)	14:00 けん玉	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
8	9	10	11	12	13	14
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 だいちゃん先生 骨盤体操 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 健康体操なでしこ 10:30 東deラジオ体操 (3階)	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 オカリナひまわり 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	
	13:00 囲碁	13:30 新舞踊(初級) 13:30 冬の交流会	13:00 詩吟 13:30 ボランティア	13:30 歌謡 13:30 謡曲	13:30 民謡	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
15	16	17	18	19	20	21
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B	10:00 美書道 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 なつメロ 13:00 囲碁	13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル 13:30 尺八	13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	14:00 お誕生会 & 落語会	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 社交ダンス
22	23	24	25	26	27	28
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 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 歌謡(練習)	
	13:00 囲碁 13:30 民踊	13:30 お正月花 13:30 新舞踊(初級)	13:00 カラオケ		13:30 民謡 13:30 百歳体操A 14:30 百歳体操B	

休館日

年末年始の休館は、
 12月29日(日)～
 1月3日(金)になります。



*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
 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。

