



# センターだより 2025年5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  
新着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。

## 新年度のご挨拶



【新任】館長 福田義弘 職員 千葉仁美

この度、令和7年4月1日付で中央区東老人福祉センターの館長に就任いたしました。わからない事ばかりで、皆様にご迷惑をおかけする事も多々あるかと存じますが、出来るだけ早くお役に立てる様、地域の皆様に愛される福祉センターを目指して、職員一同とともに尽力してまいりますので、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

## ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

参加費無料

日時: 5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: 講話と体操

参加費: 無料

定員: 30名(要申込・先着順)

持ち物: 水分補給用のお茶やお水



## ソウルダンス・ベーシック

参加費無料

日時: 5月12日(月)

午後2時~3時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: ソウルダンス・ベーシック

定員: 40名(要申込・先着順)

参加費: 無料

持ち物: 水分補給用のお茶やお水



## 背骨コンディショニング体操

日時: 5月15日(木)

午後2時~3時

参加費無料

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: 背骨コンディショニング体操

※イスに座りながらの体操です。

参加費: 無料

定員: 40名(要申込・先着順)

持ち物: 水分補給用のお茶や水



※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



～パートナー選びが大切です～ **参加費無料**  
**やさしい終活セミナー・相続**

日時: 5月22日(木)

午後2時～4時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: 相続についてのセミナーと相談会

参加費: 無料

定員: 30名(要申込・先着順)

持ち物: 筆記用具、水分補給用のお茶やお水



**デコパージュ教室** **NEW**

日時: 5月29日(木)

午後2時～午後4時

場所: 中央区東老人福祉センター

内容: デコパージュでオリジナル

ジュートバックを作ろう

参加費: 805円(当日徴収します。)

定員: 10名(要申込・抽選)

申込締切日: 5月22日(木)

当選発表: 5月23日(金)

※センターからの電話連絡いたします。

持ち物: 水分補給用のお茶やお水



**歴史・健康ウォーキング**

大阪6000年! 歴史の宝庫をたどります。

日時: 5月30日(金)

午後1時30分～4時

【雨天の場合は6月6日(金)に延期】

場所: 森之宮神社から

大阪歴史博物館に行く

集合場所: 大阪城公園森ノ宮入口

集合時間: 午後1時30分 ※時間厳守

参加費: 28円(保険代)

※交通費は自己負担

※大阪歴史博物館は大阪市内在住の65歳以上の方は無料、65歳未満の方は別途観覧料600円がかかります。

定員: 20名(要申込・先着順)

【東・南老人福祉センター各10名】

持ち物: 飲み物・雨具など

申し込み: 窓口にて受付(先着順)



申込み

キャンセル待ち

**センターだより4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!



**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Instagramのアプリを取得したい方は、職員がお手伝いします。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

同好会見学を希望される方は、事前に申込みが必要になりますので、事務所へ連絡をお願いします。

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	○
	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)	10:00~11:30	○
	囲碁サロン	毎週(月)・(土)	13:00~16:30	○
	考楽社(煎茶道)	第1(火)	13:00~16:00	○
	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	×
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	偶数月第2(木)	13:30~15:00	○
		第4(金)	10:00~12:00	×
	奇数月第2(木)	13:30~15:00		
	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	○	
手芸	ハンドメイドひよこ	第1・2・4・5(土)	13:30~15:30	×	
		第3(土)	11:00~15:30		
	リサイクルクラブ(手芸)	第1・3(火)	13:30~15:30	○	
	ボランティア	第2・4(水)	13:30~15:30	○	
体操系	健康太極拳	第1・3(金)	13:30~15:00	○	
	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	○	
	いきいき百歳体操A	毎週(火)(木)(金)	10:00~10:40	○	
	注意	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	○	

※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。

類不徒  
治夫

葵洋子

【美書道】

## 東句会

落人の里はひねもす花菜風

義征

タンポポの絮毛のダンス風まかせ

照子

花作り出来さぬ我が身よ春の土

千為子

## Higashiの脳トレ5月号

※事務所窓口にて配布します!

日時:5月1日(木)~5月31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。)

## 歌謡同好会 会員大募集!!

演歌の魅力を経験豊富な講師が分かりやすく指導します。発声の基礎から表現力の向上まで、一緒に演歌の世界を学びませんか?初心者の方、大歓迎です。

内容:演歌を楽しく学ぼう

講師:高山 英子 先生

活動日:偶数月第2木曜日午後1時30分~3時  
午後1時30分~3時





# 2025年5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	<p>*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。</p> <p>*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。</p> <p>*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。</p>			10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B 14:00 けん玉	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 13:30 健康太極拳	
	4	5	6	7	8	
休館日			10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:30 木版画・植物画	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 歌謡(練習) 13:30 謡曲	10:00 オカリナひまわり 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 民謡	10:00 大正琴 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
			11	12	13	14
休館日	10:00 フラダンスティアレ 13:00 囲碁 14:00 ソウルダンス・ベーシック	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 13:30 水墨・墨彩画 13:30 新舞踊(初級)	10:00 健康体操なでしこ 10:30 東deラジオ体操 (3階) 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	10:00 百歳体操A 10:30 民踊 11:00 百歳体操B 14:00 背骨 コンディショニング 体操	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 13:00 俳句 13:30 健康太極拳	10:00 大正琴 11:00 ハンドメイドひよこ 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
	18	19	20	21	22	23
休館日	13:00 なつメロ 13:00 囲碁	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 煎茶道 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	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 14:00 終活セミナー	10:00 歌謡(練習) 10:00 オカリナひまわり 13:30 民謡 13:30 百歳体操A 14:30 百歳体操B	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
	25	26	27	28	29	30
休館日	10:00 フラダンスティアレ 13:00 囲碁 13:30 民踊	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 水墨・墨彩画 13:30 尺八 13:30 新舞踊(初級)	10:00 健康体操なでしこ 10:30 東deラジオ体操 (3階) 13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 デコパージュ 教室	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 歴史・健康 ウォーキング	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス