



センターだより 2025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。

すこやかマッサージ&ダンス

6月2日(月)

午後2時~3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: リンパマッサージを含む

簡単なマッサージ&ダンス

定 員: 35名(要申込・先着順)



ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

6月10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

定 員: 30名(要申込・先着順)



ヤクルト健康セミナー

6月3日(火)

午前10時30分~12時

抽選

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: あなたの魅力を引き出す

四つ葉のクローバー

~野菜摂取度測定~

New

定 員: 30名(要申込・抽選)

申込締切日: 5月27日(火)

※5月28日(水)午後1時以降に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いたしません。



認知症は怖くない! 共に生きようシリーズ

テーマ: 「知っ得・やっ得・そなえ得」

6月19日(木)

午後2時~3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

定 員: 30名(要申込・先着順)



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。

※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

スマートフォン体験教室

6月24日(火)

午後2時～3時30分

場 所:中央区東老人福祉センター

内 容:「スマホで始めよう災害の備え」

定 員:20名(要申込・抽選)

抽選

申込締切日:6月17日(火)

当選発表:6月18日(水)午後1時以降

LINE・窓口にて当選発表を行います。

各自抽選番号をご確認ください。なお、

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。



かな ふで む げん きょう しつ 奏筆夢元教室



6月28日(土)

午前10時30分～12時

場 所:中央区東老人福祉センター

内 容:筆文字と水彩画の組み合わせで、はがきなどの作品を仕上げます

定 員:20名(要申込・抽選)

抽選

参加費:500円(当日徴収いたします)

申込締切日:6月19日(木)

当選発表:6月20日(金)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。

4・5・6月生まれ お誕生会&落語会

6月26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

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ください。

参加費無料

センターだより5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!



Higashiの脳トレ6月号

※事務所窓口にて配布します!

日時:6月2日(月)～6月30日(月)

午前10時～午後4時

※利用証をご持参ください。(初めての方は発行します。)

《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

【大阪府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

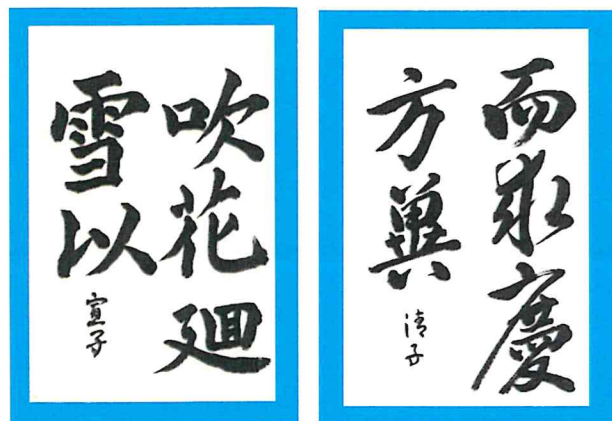
同好会見学を希望される方は、事前に申込みが必要になりますので、事務所へ連絡をお願いします。

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 ×
	歌謡(練習)	奇数月第2(木)	13:30~15:00 ○
		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 ○
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 ○
体操系	ボランティア	第2・4(水)	13:30~15:30 ○
	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 ○
	いきいき百歳体操A	第4(金)のみ	13:30~14:10 ○
	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。

【美書道】



東 旬 会



今年また同じ桜を見に行かむ

まゆみ

陣風に名残りの花も散り果てし

絹 江

庭園の婚儀晴れやか風光る

純子

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? ご興味のある方は一度ご見学にお越しください。

あなたは、才能あり!? それとも凡人!?

活動日: 毎月第3金曜日 午後1時~

講師: 堀江 信彦 先生



☆ 図書コーナーのご紹介 ☆

東老人福祉センターでは、利用者の方から寄付でいただいた本を無料で貸し出ししています。

場 所: 中央区東老人福祉センター2階廊下

内 容: 本の貸出

読書には認知症を予防する、ストレスを解消する、睡眠の質を向上するといった効果があるのでぜひ習慣にしてみてください。

2025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	5	6	7
休館日		10:30 ヤクルト健康セミナー 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
	13:00 囲碁 14:00 すこやかマッサージ&ダンス	13:00 煎茶道 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八 13:30 水墨・墨彩画	13:30 木版画・植物画	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 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 10:30 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)	13:00 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 11:00 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(手芸) 13:30 尺八	13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	14:00 認知症は怖くない!	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 10:30 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 歌謡(練習) オカリナひまわり	10:30 奏筆夢元教室
	13:00 囲碁 13:30 民踊	13:30 新舞踊(初級) 14:00 スマホ体験教室	13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 お誕生会 & 落語会	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
29	30					
休館日	10:00 フラダンスティアレ	* 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。 * 気象通報により大阪市内に『暴風警報』が発令された時、又は突発的事故発生の場合は、利用を中止することがあります。 * センターだより作成後の紙面上の追加・変更はできかねますのでご了承ください。				6/15 父の日 
	13:00 囲碁					