



センターだより 2025年8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

8月4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: 40名(要申込・先着順)



納涼盆踊り大会

8月8日(金)

午後1時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 民踊同好会・民謡クラブの披露と

保育所の園児たちと一緒に踊る

定 員: 50名程度

※お孫さんの同伴OK(中学生くらいまで)

※子どもだけの参加は不可

持ち物: 水分補給できるもの

タオル・うちわ等



苔テラリウム教室

8月5日(火)

午前10時30分～正午



場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 苔テラリウムの作製

定 員: 20名(要申込・先着順)

参加費: 1,000円



センターからのお知らせ

8月の祝日・お盆・センター事業等で同好会のお休みや変更は次の通りです。(7月11日現在)

*民 踊	8/7(木)	お休み
*けん玉	8/7(木)	お休み
*オカリナひまわり	8/8(金)	お休み
*百歳体操 A・B	8/8(金)	お休み
*民 謡	8/8(金)	お休み
*ボランティア	8/13(水)	お休み

※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

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

8月19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派遣職員

定 員: 30名(要申込・先着順)



eスポーツ体験講座

8月21日(木)

午後2時～3時30分

抽選

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: ゲーム機を用いて、様々なゲームを体験する。

定 員: 16名(要申込・抽選)

申込締切日: 8月14日(木)

※8月15日(金)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。

センターだより 7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!



ヤクルト健康セミナー

8月26日(火)

午後2時～3時30分

抽選

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 生活習慣とその予防①ロコモ・フレイル・寝たきり防止(骨密度測定)

定 員: 30名(要申込・抽選)

申込締切日: 8月19日(火)

※8月20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。



背骨コンディショニング体操

8月28日(木)

午後2時～3時

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。

定 員: 40名(要申込・先着順)

《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)	10:00~12:00 ○
	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 ○
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 ○
	カードボランティア	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	偶数月第2(木)	13:30~15:00 ○
	歌謡(練習)	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 ○
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 ○
	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 ○

※定例日及び時間に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。

東 句 会

屋上の泡泡や夕薄暑

とろとろと時刻みるて明け易し

矢車草サナトリウムの丘に揺れ

絹 江 純 子 義 征

【美書道】

施将 茲経流

靖子

に在生

其

賀津美

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。



Higashiの脳トレ8月号

※事務所窓口にて配布します！

日時：8月1日(金)～8月30日(土)

午前10時～午後4時

※利用証をご持参ください。(初めての方は発行します。)

2025年8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
休館日	* 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。				10:00 美書道 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 健康太極拳	10:00 大正琴 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 生花
3	4	5	6	7	8	9
休館日		10:30 苔テラリウム 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:00 囲碁 14:00 すこやか マッサージ &ダンス	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:30 木版画・植物画 13:30 尺八 13:30 水墨・墨彩画	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B		13:00 盆踊り大会 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
10	11	12	13	14	15	16
休館日	山の日 	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 新舞踊(初級)	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:00 詩吟	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 13:30 歌謡 13:30 謡曲	10:00 美書道 10:00 百歳体操A 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
17	18	19	20	21	22	23
休館日	なつメロ 13:00 囲碁	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 尺八 13:30 水墨・墨彩画	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	10:30 民踊 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 eスポーツ 体験講座	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
24/31	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 新舞踊(初級) ヤクルト 健康セミナー	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:00 カラオケ 13:00 詩吟	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 背骨 コンディショニング 体操	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 夏の幹事会 第1回 文化祭実行委員会	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス