



センターだより 2025年11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。

文化祭

皆さんの一年間の成果を披露します。
お誘い合わせてお気軽にご来場ください。

日時：11月5日（水）～7日（金）

作品展：5日（水）午前10時～午後3時

6日（木）午前10時～午後2時

お茶席：5日（水）午前10時～午後3時※考楽社（煎茶道）

※前売り券は10月15日（水）から数量限定・先着順で

1階事務所に販売しています（1枚・200円）

発表会：7日（金）午前10時30分～午後3時30分

※終了時間は、変更する場合があります。



受付ボランティア大募集
（詳しくはP.3をご覧ください）

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

11月11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：35名（要申込・先着順）

パーソナルカラーミニ講座

11月11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：個別カラー診断

定員：18名（要申込・抽選）

参加費：200円

申込締切日：11月4日（火）

※11月5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致しません。

センターだより 10月

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！



いきいき発表会 ← 先着順

老人クラブや老人福祉センターで活動されている皆さまが日頃の活動の成果を披露する発表会です。どうぞご覧ください。

日 時: 11月19日(水) ←
午後1時～4時30分 ←

場 所: 中央会館ホール ←

定 員: 20名(要申込・先着順) ←

申 込: 窓口・電話で受付 ←

参加費 無

冬の寄せ植え講習会

11月20日(木)

午後2時～3時

抽 選

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 緑化ボランティアの方による園芸
講習と季節の花材の寄せ植えを行う

定 員: 20名(要申込・抽選)

参加費: 1,500円

申込締切日: 11月13日(木)

※11月14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致しません。

認知症は怖くない! 共に生きようシリーズ

11月27日(木)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 「人生会議ってなんだろう」

サブテーマ: あなたが大切にしていることや、
望む生き方を、大切な人と話してみませんか

定 員: 30名(要申込・先着順)

文化祭 受付ボランティア大募集

日 時: 11月7日(金)

① 午前10時15分～正午

② 午後12時45分～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 文化祭【発表会】の受付等

募集人数: ①②ともに2名

持ち物: 飲み物

※ボランティアに参加いただける方は、
事務所までお申し出ください。

《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

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。

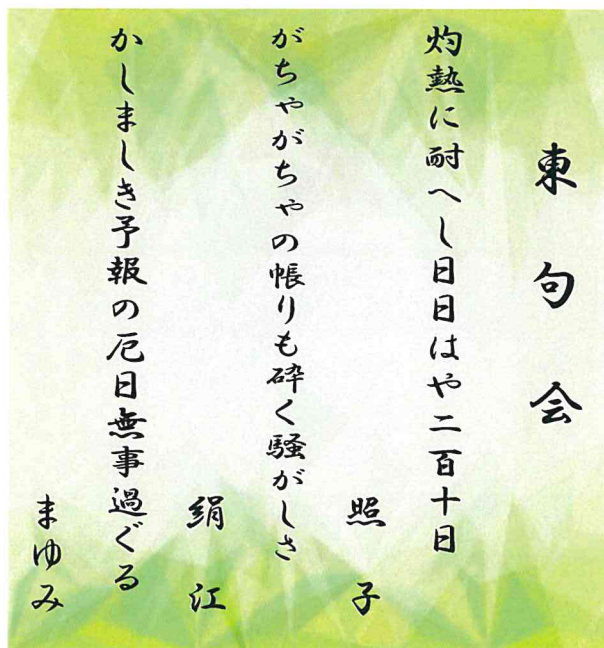
同好会名	定例日	時間	募集
文化系（絵・字等）	生花	第1(土)	13:30~15:00 ○
	俳句	第3(金)	13:00~15:30 ○
	木版画・植物画	第1・3(水)	13:30~15:30 ○
	泰の会水墨・墨彩画	第1・3(火)	13:30~15:30 ○
	美書道	第1・3(金)	10:00~12:00 ○
	囲碁サロン	毎週(月)・(土)	13:00~16:30 ○
	考楽社(煎茶道)	第1(火)	13:00~16:00 ○
手芸	ハンドメイドひよこ	第1・2・4・5(土)	13:30~15:30 ×
		第3(土)	11:00~15:30 ○
	リサイクルクラブ(手芸)	第1・3(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。

【 美 書 道 】



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11月号

※事務所窓口にて配布します！

日時：11月1日(土)~11月29日(土)
午前10時~午後4時

※イベントの申込は、センター日より発行日より受付けています。006-6941-7719

2025年11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
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 できかねますご了承ください。 					9:00 会場準備
2	3	4	5	6	7	8
休館日	文化の日 	10:00 作品展 各同好会設営 10:00 お茶席設営 13:00 生花設営	10:00 文化祭 作品展 お茶席	10:00 文化祭 作品展 14:00 作品展撤収	10:30 文化祭 発表会	13:00 ハンドメイドひよこ 囲碁 13:30 社交ダンス
9	10	11	12	13	14	15
休館日	10:00 フラダンスティアレ 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 新舞踊 13:30 水墨画 14:00 パーソナルカラー ミニ講座	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	10:30 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(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 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
16	17	18	19	20	21	22
休館日	10:00 美書道 13:00 囲碁 13:00 なつメロ	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 13:30 リサイクル	10:30 東deラジオ体操 (2階) 13:00 いきいき発表会 (中央会館) 13:30 木版画 14:00 けん玉	10:30 民謡 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 冬の寄せ植え 講習会	10:00 美書道 10:30 音楽のお部屋 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	9:00 電気点検のため 停電 13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
23/30	24	25	26	27	28	29
休館日	振替休日 	10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 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	10:30 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 認知症は 怖くない!	10:00 歌謡(練習) 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