



センターだより 2026年4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

4月6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)

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

4月14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)

だいちゃん先生の骨盤体操

4月7日(火)

午前10時~11時30分

抽選

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)



※4月1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。

相続税の基礎セミナー

4月14日(火)

午後2時~3時

場 所:中央区東老人福祉センター

内 容:相続税の基礎について学ぶ

講 師:油野佳美税理士事務所

油野 佳美さん

定 員:30名(要申込・先着順)

センターだより 3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!



簡単ハンギングフラワー講習会

4月23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ハンギング
フラワーの作成

定員:20名(要申込・抽選)

参加費:1,500円

持ち物:手袋

申込締切日:4月16日(木)



※4月17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。

『民踊』参加者募集

講師:岡本 美耶子先生

内容:民踊(盆踊り)

活動日:第1・3(木)午前10:30~正午

第4(月)午後1:30~15:00

会費:3,000円/6ヶ月

春の講師懇談会

日時:4月30日(木)午前10:30~

場所:中央区東老人福祉センター

内容:令和8年度年間行事予定

同好会活動内容の確認等

対象:同好会講師

春の同好会幹事会

日時:4月30日(木)午後2時~

場所:中央区東老人福祉センター

内容:令和8年度年間行事予定

同好会活動内容の確認等

対象:同好会幹事

東句会

鳴き竜の堂震はせてる余寒かな

信彦

降るごとく流るごとくしだれ梅

克江

バレンタイン世話になる子にチョコレート

千爲子

《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(マイナンバーカードなど)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

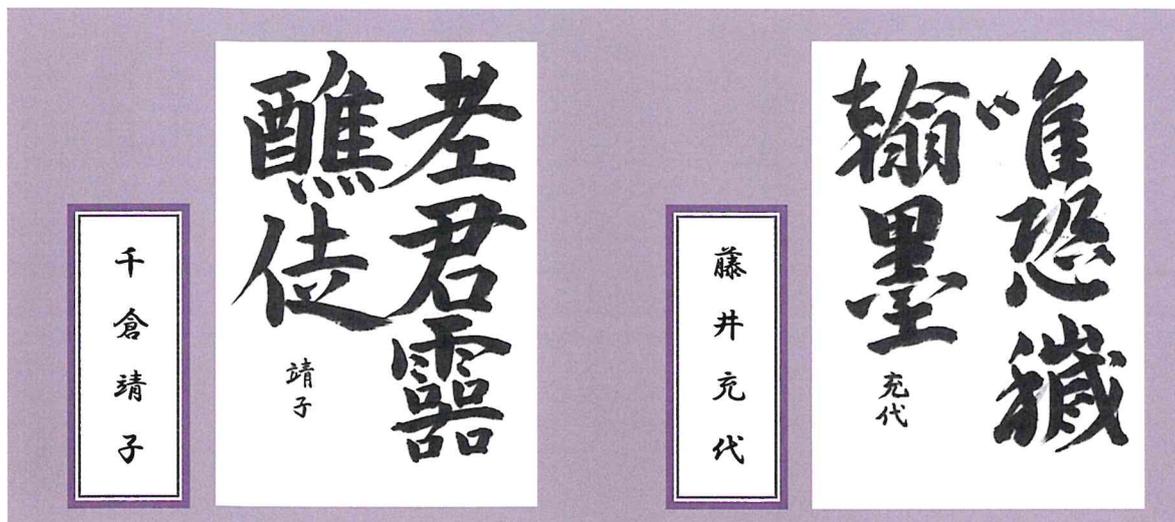
同好会見学を希望される方は、事前に申込みが必要になりますので、事務所へ連絡をお願いします。

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)	10:00~12:00	○	
	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・4(火)	13:30~16:00	○
オカリナ ひまわり		第2・4(金)	10:00~12:00	○
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】

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4月号

※事務所窓口にて配布します！

日時: 4月1日(水)~4月30日(木)

午前10時~午後4時

※イベントの申込は、センターだより発行日より受付しています。☎06-6941-7719

2026年4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	
休館日	桜前線 		10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 民踊 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	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	10:00 大正琴			
			13:30 木版画・植物画	14:00 けん玉	13:30 健康太極拳	13:00 囲碁 13:30 生花 13:30 ハンドメイドひよこ			
5	6	7	8	9	10	11			
休館日	10:00 だいちゃん先生の骨盤体操 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)	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 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 14:00 すこやか マッサージ&ダンス	13:00 煎茶道 13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八	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 囲碁 13:30 社交ダンス 13:30 ハンドメイドひよこ			
12	13	14	15	16	17	18			
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	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 民踊 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	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	10:00 大正琴 11:00 ハンドメイドひよこ			
	13:00 囲碁	13:30 新舞踊(初級) 14:00 相続税の基礎セミナー	13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉		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			
19	20	21	22	23	24	25			
休館日	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)	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 歌謡(練習) 10:00 オカリナひまわり				
	13:00 囲碁 13:00 なつメロ	13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八	13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 ハングング フラワー講習会	13:30 民謡 13:30 百歳体操A 14:30 百歳体操B	13:00 囲碁 13:30 社交ダンス 13:30 ハンドメイドひよこ			
26	27	28	29	30					
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	昭和の日 	10:30 春の講師 懇談会 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B 14:00 春の同好会 幹事会	* 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。				
	13:00 囲碁 13:30 民踊	13:30 新舞踊(初級) 13:30 尺八							