



# センターだより 2026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8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

6月9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)

せぼね

## 背骨コンディショニング

6月23日(火)

午後2時~3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 背骨の歪みを整え、

不調を改善する運動

※イスに座りながらの体操です。

定 員: 40名(要申込・先着順)

## 4・5・6月生まれ お誕生会&落語会

6月18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。



※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

# 認知症は怖くない！ 共に生きようシリーズ

6月25日(木)

午後2時～3時

場所:中央区東老人福祉センター  
内容:「認知症の方へのかかわり方」  
～知っ得・やっ得・そなえ得～  
定員:30名(要申込・先着順)

# スマートフォン体験教室

6月30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:「初めての生成AI」  
定員:20名(要申込・抽選)  
申込締切日:6月23日(火)  
当選発表:6月24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



たいのかい

## 泰の会 水墨・墨彩画

### 第12回 区民ギャラリー展

期間:令和8年6月22日(月)  
～7月3日(金)

会場:中央区役所  
1階 ギャラリー



## 東老人福祉センター 愛称募集

いつも当センターをご利用いただきありがとうございます。この度、より多くの皆様に親しみを持っていただけるよう、「愛称」を募集することになりました。

窓口にて投票箱を設置しております。

期間:令和8年6月末まで  
たくさんのご応募をお待ちしております。

東  
旬  
会

動かざるやうでるざりし春の雲  
梵鐘の響く行く先春の雲  
鳶若景稚児の手のごと土堀這ふ

純 絹 信  
子 江 彦

### 《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)	13:00~16:30	○
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	○
	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	○
		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)	13:30~16:00	○
	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	○

※定休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。

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、カラー版で見られます!



巽 洋子

洋子

亀野 清子



清子

「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6月号

※事務所窓口にて配布します!

日時: 6月1日(月)~6月30日(火)  
午前10時~午後4時

# 2026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
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)	10:30 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
	13:00 囲碁	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	13:30 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
7	8	9	10	11	12	13
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)	10:30 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	13:30 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 囲碁 13:30 社交ダンス 13:30 ハンドメイドひよこ
14	15	16	17	18	19	20
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)	10:30 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 13:00 なつメロ	13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八	13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	14:00 お誕生会 &落語会	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
21	22	23	24	25	26	27
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)	10:30 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 13:30 民踊	13:30 新舞踊(初級) 14:00 背骨 コンディショニング 体操	13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 認知症は 怖くない!	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
28	29	30	※教室・行事等の日程を変更すること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、 又は突発的の事故発生の場合は、利用を中止することがあります。 ※センター日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。			
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B				
	13:00 囲碁	13:30 尺八 14:00 スマホ体験教室				