

2026 年 8 月 予定表

中央区南老人福祉センター
【問合せ先】☎06-6213-2172

日	月	火	水	木	金	土	
						1	
休館日	※大阪市内に「特別警報」及び「暴風警報」が発令された場合は、利用を中止と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。 ※イベントはすべて大阪市内在住の60歳以上の方が対象です。お申込みは窓口またはお電話にて受付ます。 ※イベントの申込みは、センター日より発行日より受付けています。 ☎06-6213-217						
						12:00 13:00	カラオケ おもちゃ病院
2	3	4	5	6	7	8	
休館日	10:00 フォークダンス	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C			10:00 オカリナ 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:00 世代をつなぐ、けん玉交流会 10:30 ゆっくり尺八	
		13:30 健康の～びのび体操	13:30 コーラス	13:30 鉛筆画 14:00 歌謡	13:00 茶道教室	12:00 13:00 カラオケ 尺八の広場	
9	10	11	12	13	14	15	
休館日	10:00 太極拳		10:30 健康維持シニア体操(中央会館)	10:00 ヨガ 10:30 箏曲(初級)	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C		
			13:30 民踊	13:00 箏曲		12:00 カラオケ	
16	17	18	19	20	21	22	
休館日	10:00 フォークダンス	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C 10:30 歌広場	10:30 健康維持シニア体操(中央会館)		10:00 オカリナ 10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:30 ゆっくり尺八	
	13:30 社交ダンス	13:30 民研	13:30 コーラス	13:30 鉛筆画 14:00 歌謡	13:00 茶道教室 14:00 落語「笑亭快朗」	12:00 13:00 カラオケ 尺八の広場	
23	24	25	26	27	28	29	
休館日	10:00 太極拳	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C	10:30 骨盤エクササイズ	10:00 ヨガ 10:30 箏曲(初級)	10:00 百歳体操 A 10:40 百歳体操 B 11:20 百歳体操 C		
		13:00 13:30 フラダンス 着付け教室	13:30 民踊	14:00 健康リズム体操 13:00 箏曲			
30	31	【所在地】大阪市中央区島之内 2-12-6 【最寄駅】地下鉄堺筋線「長堀橋駅」⑥番出口より徒歩約5分 【利用時間】午前10時～午後5時 【休館日】日曜・祝日・国民の祝日・年末年始 【電話】6213-2172 【FAX】6213-2639 ※センター利用の際は受付にて必ず利用証の提示をお願いいたします。 ご案内					
休館日	10:00 フォークダンス						



センターだより

2026年8月号



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」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。

中央区子ども・子育てプラザ、南老人福祉センター共催行事

先着順

世代をつなぐ、けん玉交流会

みんなでけん玉遊びやゲームでワイワイ！
先生・大人・子ども関係なく楽しもう♪

日 時: **8月8日(土)**
午前10分～11時



場 所: 中央区南老人福祉センター

定 員: 20名(要申込・**先着順**)

申 込: 窓口・電話で受付

参加費無料

※貸出用けん玉をご用意していますので、
どなたでも安心してご参加いただけます。

健康のつどい

先着順

健康リズム体操

日 時: **8月27日(木)**

午後2時～3時30分

場 所: 中央区南老人福祉センター

講 師: 公益財団法人 大阪ガスグループ福祉財団

定 員: 40名(要申込・**先着順**)

申 込: 窓口・電話で受付

参加費無料

おひとり様
大歓迎!!

歌 広 場

事前申込み制
先着順

歌の苦手な人・得意な人
声の大きな人・小さい人
歌の好きな人集まれ～♪

日 時: **8月18日(火)**

午前10時30分～11時30分

場 所: 中央会館ホール

講 師: 一ノ瀬 美貴子 さん

参加費: 100円

(当日お釣りがないようご準備ください)

定 員: 75名(要申込・**先着順**)

申 込: 窓口・電話で受付



歌集を用意しているので気軽に参加してください！

落語『笑亭快朗』

先着順

笑いは大きな健康効果があると言われてます。
有意義な時間をすごしましょう！

日 時: **8月21日(金)**
午後2時～4時

場 所: 中央区南老人福祉センター

演 者: 鶴々亭ひろ坊と他のアマチュアの方

定 員: 30名(要申込・**先着順**)

申 込: 窓口・電話で受付

参加費無料

※イベントはすべて大阪市内在住の60歳以上の方が対象です。お申込みは窓口またはお電話にて受付ます。

※イベントの申込みは、センターだより発行日より受付けています。 ☎06-6213-2172

健康維持シニア体操 先着順

自然と笑顔あふれる体操です。
ゆっくり心と体を整えましょう！

日時: 8月12日・19日(水)

午前10時30分～11時30分

場所: 中央会館ホール

定員: 40名(要申込・先着順) ← **注意**

申込締切: 定員になり次第

申込: 窓口・電話で受付

参加費無料

※運動に適した靴を履いて、ご参加ください。

世代間交流

おもちゃ病院

日時: 8月1日(土) 午後1時～3時

※(要申込・先着順)

お申込みは

中央区子ども・子育てプラザ

06-6213-2171

までお問い合わせ下さい。

物を大切にする心
を育てましょう！



新規お教室!! 茶道教室

茶道の基本的な作法やお茶のいただき方を
学びませんか。初心者も経験者もお気軽に
ご参加ください。

活動日: 第1・3金曜日
午後1時～4時

講師: 裏千家 師範 岩前 宗房さん

定員: 7名

※応募多数の場合、抽選の上、当選者の方に電話連絡をします。

会費: 2,000 円/月

申込: 窓口・電話で受付



教室化
決定!

6月イベント報告 “はじめての茶道体験”



骨盤エクササイズ

抽選

日時: 8月26日(水)

午前10時30分～11時30分

場所: 中央区南老人福祉センター

定員: 20名(要申込・抽選)

申込締切: 8月17日(月) ← **注意**

持ち物: タオル、飲み物

※必ずご持参お願いします。

申込: 窓口・電話で受付

参加費無料

※抽選の上、当選者の方に電話連絡をします。

※キャンセル待ちの方がおられますので、当選後に欠席される場合は、必ずご連絡ください。

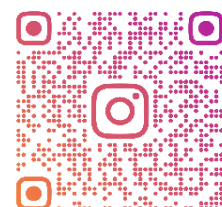
絵画教室



栗賀 美智子さん

Instagram

イベント情報や報告などを発信しています。
ぜひフォローしてください！



CHUO_MINAMI_ROUCEN

6/12(金)に開催されました！

講師の先生にご指導いただきながら、お茶のいただき方や作法について学びました。

慣れない袱紗さばきにも挑戦し、皆さん真剣な表情で取り組まれていました。

その後は、ご自身でお抹茶を点てる体験を行い、自分で点てたお抹茶は格別の味だったようです♪

日本の伝統文化に触れながら、楽しく学べるひとときとなりました！

教室・同好会のご案内

教室・同好会	活動日		時間	会費等	備考	募集
囲碁・将棋ひろば	月～土		13:00～16:45		ペアでお越しください。	自由参加
卓球ひろば A	月	第 1～5	10:00～11:50			○
卓球ひろば B			12:00～13:50			
卓球ひろば C			14:00～15:50			
大正琴		第 3	13:15～15:00		琴城流	○
フォークダンスサークル		第 1・3	10:00～12:00	200/回		○
太極拳同好会		第 2・4	10:00～11:30	3,000/3 カ月		○
社交ダンス		第 3	13:30～15:30			○
いきいき百歳体操 A	火・金	毎 週	10:00～10:30			○
いきいき百歳体操 B			10:40～11:10			○
いきいき百歳体操 C			11:20～11:50			○
健康の～びのび体操	火	第 1	13:30～14:30	500/月		○
着付け教室		第 2・4	13:30～15:30			○
フラダンス (プルメリア)		第 2・4	13:00～14:00	1,000/月		
民踊研究会		第 3	13:30～15:30	3,000/6 カ月		○
※コーラス (中央区コール・エトワール)	水	第 1・3	13:30～15:00	3,000/2 カ月		
絵画教室		第 1・3	13:30～15:30	1,000/月		○
民踊教室		第 2・4	13:30～15:30	3,000/6 カ月		○
鉛筆画教室	木	第 1・3	13:30～15:30	1,000/回		○
歌謡教室		第 1・3	14:00～15:30	1,500/2 カ月		○
箏曲教室(初級)		第 2・4	10:30～12:00	2,000/月	生田流 筑紫会	○
箏曲教室		第 2・4	13:00～15:30	2,000/月	生田流 筑紫会	○
ヨガ教室		第 2・4	10:00～11:30	1,000/月		○
オカリナサークルハッピーリーナ	金	第 1・3	10:00～12:00	500/回		○
茶道教室 		第 1・3	13:00～16:00	2,000/月	裏千家	○
カラオケ同好会	土	第 1～4	12:00～16:00	1,500/入会金のみ		○
ゆっくり尺八教室		第 4	10:30～12:00	300/月	初級者	○
尺八の広場		第 4	13:00～16:00	1,000/入会金	中級者	

※教室・同好会に見学・入会希望の方は、事前にご連絡ください。

※コーラスは老人クラブに入会の方のみ対象となります。