

老人福祉センター だより

発行：阿倍野区老人福祉センター

電話 6623-8052 FAX6623-2876

〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町 5-12-26

意外と簡単！便利！お得！ 市バス活用講座

市バスの便利な活用方法を紹介します！

日時：11月29日（水）午後2時～3時
集合：阿倍野区民センター 集会室1
対象：市内在住の60歳以上の方
定員：40名（先着）
申込：11月8日（水）午前10時～



干支の色紙づくり

日時：11月30日（木）
①午前10時～11時30分
②午後1時30分～3時
場所：老人福祉センター2階 大広間
対象：市内在住の60歳以上の方
内容：フェルトを使って干支の色紙を作ります。
定員：各15名（先着）
持ち物：はさみ
費用：100円（材料代）
講師：太田巳加さん
申込：11月8日（水）午前10時～
※参加費は11月24日（金）までにセンターへ持参



紙面の年賀状作り

日時：12月1日（金）午後1時30分～3時30分
場所：老人福祉センター 1階 会議室
対象：市内在住の60歳以上の方
内容：和紙と顔彩（水彩絵の具）で描きます。
定員：16名（抽選）
持ち物：小筆
費用：200円（材料費）
講師：水原美和子さん
申込：11月9日（木）～20日（月）
抽選日：11月21日（火）午前中
※参加費は11月29日（水）までにセンターへ持参



※申込は開館日の午前10時～午後5時の間に電話またはセンター窓口にて受付します。
※抽選結果は当選者のみセンターから連絡します。

阿倍野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進会議

傾聴ボランティア養成講座 ～始めませんか♡

心によりそうボランティア～

日時：12月1日・8日・15日・22日（金）
午前10時～正午の4回と
施設にて実習1回
場所：阿倍野区社会福祉協議会 2階
あべのボランティア活動センター
対象：市内在住の60歳以上の方
傾聴ボランティアに関心のある方
内容：講義・ロールプレイ
オリエンテーション・施設実習等
定員：20名（先着）
申込：11月10日（金）午前10時～

10月・11月生まれの方の お誕生会



日時：11月22日（水）午後1時15分～
年忘れ輪投げ大会
日時：12月7日（木）午後1時30分～
※詳しくは3ページ目に記載しています。

オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

困りごとや不安など、一人で抱えていませんか？ほっと一息つける語らいの場、相談もできますのでお気軽にお越し下さい。

日時：11月28日（火）午後1時30分～3時
場所：老人福祉センター 1階 会議室
対象：・市内在住の認知症の方とその家族
（家族の方のみの参加もできます。）
・認知症についてお知りになりたい方
・認知症サポーター等ボランティア
で参加していただける方
費用：50円・コーヒーまたは紅茶（お菓子付き）
（区内無料送迎あり）



※事業の申込は全て本人からに限らせていただきますので、ご了承ください。

2017年

阿倍野区老人福祉センター

11月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前 午後			1日 俳画1組	2日 百歳体操	休館日	4日 詩吟
			健康体操 手工芸			
午前 午後	6日 百歳体操	7日 生花1・2組	8日	9日 百歳体操	10日 おとなのてらこや 紙画	11日 ゆったりエアロ
	書道1組	カラオケ	フラワーアレンジメント	太極拳1組	フラダンス オカリナ	
午前 午後	13日 歌体操1組 百歳体操	14日 男性料理教室区役所 茶道1組 俳句1組	15日 俳画2組	16日 百歳体操	17日 おとなのてらこや 社会見学	18日 詩吟
	歌体操2組	コーラス	健康体操 手工芸		舞踊	俳句2組
午前 午後	20日 百歳体操	21日	22日	23日 休館日	24日 フラダンス オカリナ	25日 ゆったりエアロ
	睡眠について	カラオケ	お誕生会			書道2組
午前 午後	27日 茶道2組 百歳体操	28日 男性料理教室 区役所	29日	30日 干支の色紙 百歳体操		
	太極拳2組	コーラス ほのほのあいちゃん	健康体操 市バス活用講座 区民センター	干支の色紙		

📷 9・10月の事業風景より



9/27 お誕生会



9/29 ふれあいマッサージ



10/12 音楽療法

	月	火	水	木	金	土
午前 午後					1日 傾聴ボランティア区社協 おとなのてらこや	2日 詩吟
					年賀状講習会	ゆったりエアロ
午前 午後	4日 百歳体操	5日 生花1・2組	6日 俳画1組	7日 百歳体操	8日 傾聴ボランティア区社協 紙画	9日 ゆったりエアロ
	書道1組	カラオケ	健康体操 手工芸	輪投げ大会	フラダンス オカリナ	
午前 午後	11日 歌体操1組 百歳体操	12日 茶道1組 俳句1組	13日	14日 百歳体操	15日 傾聴ボランティア区社協 おとなのてらこや	16日 詩吟
	歌体操2組	コーラス		太極拳1組	舞踊	書道2組 俳句2組
午前 午後	18日 百歳体操	19日 カラオケ	20日 俳画2組	21日 百歳体操	22日 傾聴ボランティア区社協	休館日
			健康体操 手工芸	エルちゃん見守り講座	フラダンス オカリナ	
午前 午後	25日 茶道2組 百歳体操	26日	27日 大掃除	28日 百歳体操	29日 休館日	30日 休館日
	太極拳2組	コーラス ほのほのあいちゃん	フラワーアレンジメント			

10月・11月生まれの方の

お誕生会



日 時：11月22日(水)
午後1時15分～
場 所：老人福祉センター 2階 大広間
対 象：市内在住の60歳以上の方
誕生月以外の方も参加できます。
※誕生月の方は11月15日(水)までに
申込をお願いします。
※当日の写真撮影は12時50分より開始
します。



年忘れ
輪投げ大会

日 時：12月7日(木)
午後1時30分～3時
場 所：老人福祉センター 2階 大広間
対 象：市内在住の60歳以上の方
定 員：40名(先着)
申 込：11月15日(水) 午前10時～





サークルのご案内

✿サークルに参加希望の方は事前申込のうえ見学してください。✿

平成29年10月現在

サークル名	日 時		募集状況	費 用	準備品（持ち物）	
書 道 (毛筆)	1組	第1 (月)	13:30~15:30	○	6ヵ月3,000円 (手本コピー代別)	大筆・小筆・下敷・墨汁または 墨・硯・半紙・文鎮
	2組	第4 (土)	13:30~15:30	●		
生 花 (草月流)	1組	第1 (火)	10:00~11:00	○	月1,100円 ※集金についてはサー クルにご確認ください。	花袋・花ばさみ
	2組	第1 (火)	11:00~12:00	○		
俳 画	1組	第1 (水)	10:00~12:00	○	6ヵ月3,300円	筆・硯・墨・顔彩・下敷 水入れ・布巾・小皿・文鎮
	2組	第3 (水)	10:00~12:00	○		
茶 道 (表千家)	1組	第2 (火)	10:00~12:00	○	3ヵ月2,100円	服紗・扇子・懐紙・黒もじ・白 靴下
	2組	第4 (月)	10:00~12:00	○		
俳 句	1組	第2 (火)	10:00~12:00	○	6ヵ月2,000円	筆記用具
	2組	第3 (土)	13:30~15:30	○	6ヵ月4,500円	
太極拳初心者	1組	第2 (木)	13:30~15:00	○	6ヵ月3,000円	運動のできる服装・タオル・飲 物
太極拳	2組	第4 (月)	13:30~15:00	○	6ヵ月3,000円	
歌体操	1組	第2 (月)	10:30~12:00	○	6ヵ月1,000円	運動のできる服装・タオル・飲 物
	2組	第2 (月)	13:30~15:00	○		
フラワー アレンジメント	—	第2 (水)	13:30~15:30	○	月1,600円	花ばさみ・スーパーのビニール 袋・雑巾
紙 画	—	第2 (金)	10:00~12:00	○	月1,000円	はさみ・鉛筆
舞 踊	—	第3 (金)	13:30~15:30	○	月500円	
詩 吟	—	第1・3(土)	10:00~12:00	○	月500円 (コピー代別)	筆記用具
おとなのてらこや (脳のトレーニング)	—	第1・3(金)	10:00~11:30	●	4ヵ月2,400円	筆記用具
カラオケ	—	第1・3(火)	13:30~15:30	○	年間4,000円 ※ただし入会時に1,000円(機材使用料等として)	
健康体操	—	第1・3(水)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
コーラス(ピッコロ)	—	第2・4(火)	13:30~15:00	○	3ヵ月3,000円 (コピー代含む)	
フラダンス	—	第2・4(金)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
手工芸	—	第1・3(水)	13:30~15:30	●	2ヵ月1,000円	
ゆったりエアロ	—	第2・4(土)	10:00~11:30	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装・タオル・飲 物
オカリナ	—	第2・4(金)	13:30~14:30	○	4ヵ月2,000円	
オカリナ初級	—	第2・4(金)	14:30~15:30	○	4ヵ月2,000円	

○は見学後、入会できます。 ●は満員のため、順番待ちです。

*囲碁・将棋は毎日、午前10時~午後5時まで利用できます。センター事業等により、利用できないことがあります。

＜老人福祉センター付近図＞



＜アクセス＞

地下鉄 西田辺駅①・③号出口より北西へ徒歩約5分
市バス 阪南町5丁目バス停より北へ徒歩約5分

【老人福祉センターご案内】

老人福祉センターはおおむね60歳以上の市民の方にご利用いただけます。初めて利用される方は、利用証をお作りしますので、住所・生年月日を確認できるもの(保険証等)をお持ちください。ご来館の際には、利用証を必ずご持参ください。

○利用時間：午前10時~午後5時

○利用料：無料(但し、行事等要実費)

○休館日：日曜日・祝祭日

年末年始(12月29日~1月3日)