

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

〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町 5-12-26

電話 6623-8052

FAX6623-2876

新春のつどい

楽しく過ごそうお正月！

日 時：1月10日（木）
午後1時30分～3時30分
場 所：老人福祉センター 2階 大広間
対 象：市内在住の方
内 容：演芸会・ぜんざい・じゃんけん大会
ビンゴゲーム
費 用：無料（ぜんざいは50円）
申 込：不要
定 員：ぜんざいは先着100名



かんたん体操

日 時：1月17日（木）
午後1時30分～午後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：椅子に座ってできる体操
定 員：20名（抽選）
講 師：明石典子さん
費 用：100円
持ち物：動きやすい服装・水分
申 込：12月21日（金）～1月5日（土）
抽選日：1月7日（月）午前中
※参加費は事前入金（1月15日（火）まで）
となります。



年末大掃除

皆様のお手伝いを
お待ちしております！

日 時：12月26日（水）
午前10時～正午
場 所：老人福祉センター
皆様のご協力をお願いします。



※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。

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：12月25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りさせていただきますので、ご了承ください。

2018年

阿倍野区老人福祉センター

12月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前 午後						1日
						かみかみ体操
午前 午後	3日 茶道2組 百歳体操 書道1組	4日 生花1・2組 カラオケ	5日 俳画1組 健康体操 手工芸	6日 百歳体操 年忘れ輪投げ大会 ワカバ会	7日 <small>傾聴ボランティア区社協</small> てらこやA てらこやB	8日 ゆったりエアロ かみかみ体操 詩吟
	10日 歌体操1組 百歳体操 歌体操2組	11日 茶道1組 俳句1組 コーラス	12日 クリスマス会	13日 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	14日 <small>傾聴ボランティア区社協</small> 紙画 フラダンス オカリナ	15日 詩吟 かみかみ体操 俳句2組
午前 午後	17日 百歳体操 太極拳2組	18日 カラオケ	19日 俳画2組 健康体操 手工芸	20日 百歳体操 ワカバ会	21日 <small>傾聴ボランティア区社協</small> てらこやA 舞踊	22日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道2組
	24日 休館日	25日 コーラス ほのほのあいちゃん	26日 大掃除 フラワーアレンジメント	27日 百歳体操 ウクレレ	28日 フラダンス オカリナ	29日 休館日
午前 午後	31日 休館日	年末年始の休館日は 12月29日(土)から1月3日(木)までです。 				

📷 10・11月の事業風景より



10/10 認知症について学ぼう



↑ ゆったりエアロ ↓ 歌体



11/1~2 作品展



10/30 かんたん体操



10/27 サークル発表会



11/2 お茶席

	月	火	水	木	金	土
午前		1日	2日	3日	4日 てらこやA	5日 詩吟 かみかみ体操
午後		休館日	休館日	休館日	てらこやB	
午前	7日 百歳体操 書道1組	8日 茶道1・2組合同 俳句1組	9日 健康体操	10日 百歳体操 新春のつどい	11日 紙画 フラダンス オカリナ	12日 ゆったりエアロ かみかみ体操
午後						
午前	14日 休館日	15日 生花1・2組	16日 俳画2組	17日 百歳体操 かんたん体操 ワカバ会	18日 てらこやA 舞踊	19日 詩吟 かみかみ体操 俳句2組
午後		カラオケ	健康体操 手工芸			
午前	21日 歌体操1組 百歳体操	22日	23日	24日 俳画1組 百歳体操	25日	26日 ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	歌体操2組	コーラス ほのぼのあいちゃん	お誕生会	太極拳1組 ウクレレ	フラダンス オカリナ	書道2組
午前	28日 百歳体操	29日	30日	31日 百歳体操		
午後	太極拳2組	コーラス	お楽しみ落語会	ウクレレ		

老人クラブコーナー

第2回区老連作品展 開催します

年明けの平成31年1月13日(日)・14日(祝)、阿倍野区役所大会議室にて開催します。

各連合老人クラブの会員さんが手がけた様々な作品をご覧ください。

ものづくり体験コーナーも同時開催。みんなでおしゃべりしながら、手づくりの楽しいひとときを過ごしてください。

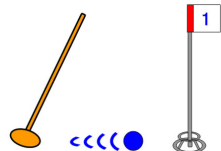


第38回区老連会長杯 グラウンド・ゴルフ大会 10/23開催しました!

《成績発表》

優勝 三橋 通弘(金塚)
準優勝 河井 克美(阿倍野)
第3位 三木 光雄(長池)

雨天決行し、総勢89名で2ラウンドをプレーしました。
おめでとうございます!



～区老連健康ウォーキング事業～ ちよこっとウォーキング 文の里連合長寿クラブで開催!

開催日：12月15日(土)

集合時間：9時30分

集合場所：桃ヶ池公園 時計台下

コース：桃ヶ池公園～長池公園～南港通～山阪神社～法楽寺～模擬原爆投下跡地碑～地下

田辺駅～桃ヶ池公園

★老人クラブ会員に限らず、どなたでも参加できます。

★「あべのウォーク登録カード」をご持参ください。





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30年11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	○		
おとなのてらこや (脳のトレーニング)	A	第1・3(金)	10:00~11:30	●	4ヵ月2,400円	筆記用具
	B	第1 (金)	13:30~15:00	●	1回300円※集金についてはサークルにご確認ください。	
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
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	
ウクレレ	—	第2・4(木)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	
ワカバ会	—	第1・3(木)	13:30~15:30	○	※会費についてはサークルにご確認ください。	

○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)

<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
シティバス 阪南町5丁目バス停より北へ徒歩約5分