

阿倍野区



平成31年

1月号

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

あけましておめでとうございます。

本年も阿倍野区老人福祉センターをよろしくお願い致します。

職員一同



12月・1月生まれの方の お誕生会



日時：1月23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。

内容：シニアヨガ・ビンゴゲーム他

※誕生月の方は1月16日（水）までに
申し込みをお願いします。

※当日の個人写真の撮影は午前11時30分～
正午、及び午後1時～1時15分の間に行います。

スポーツチャンバラ体験

日時：2月7日（木）

午後2時～午後3時30分

場所：阿倍野区民センター 集会室

対象：市内在住の60歳以上の方

内容：たたかれても痛くない、やわらかい
素材の剣を使ったチャンバラ体験
です。

定員：20名（抽選）

講師：松本 富夫さん

費用：100円

持ち物：タオル・動きやすい服装・水分

申込：1月22日（火）～1月28日（月）

抽選日：1月29日（火）午前中

※参加費は事前入金（2月5日（火）まで）
となります。



お楽しみ落語会

日時：1月30日（水）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：50名（先着順）

内容：素人寄席 天満天神の会

申込：当日午後1時より受付



「ふれあい喫茶」同時開催！

多目的室にて午後1時～3時30分

費用50円・コーヒーまたは紅茶（お菓子付き）

※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：1月22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定させていただきますので、ご了承ください。

	月	火	水	木	金	土
午前 午後	1月	1日 休館日	2日 休館日	3日 休館日	4日 てらこやA	5日 詩吟 かみかみ体操
					てらこやB	
午前 午後	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
	14日 休館日	15日 生花1・2組 カラオケ	16日 俳画2組 健康体操 手工芸	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
午前 午後	21日 歌体操1組 百歳体操	22日 コーラス ほのぼのあいちゃん	23日 お誕生会	24日 俳画1組 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	25日 フラダンス オカリナ	26日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道2組
	28日 百歳体操 太極拳2組	29日 コーラス	30日 お楽しみ落語会	31日 百歳体操 ウクレレ		

11・12月の事業風景より



11/28 お誕生会
ハーモニカ演奏
安来節



12/6 年忘れ輪投げ大会



11/16
紙画の年賀状づくり



12/12 クリスマス会

参加者の声
 ・初めて和紙を扱い、ちぎり方が少し難しいと思いました。楽しく過ごさせていただきました。
 ・難しいですが楽しくできました。自分の作品として大切にしておきます。

	月	火	水	木	金	土
午前 午後					1日 てらこやA	2日 詩吟 かみかみ体操
					てらこやB	
午前 午後	4日 百歳体操 書道1組	5日 生花1・2組 カラオケ	6日 俳画1組 健康体操 手工芸	7日 百歳体操 スポーツチャンバラ 区民センター ワカバ会	8日 紙画 フラダンス オカリナ	9日 ゆったりエアロ かみかみ体操
	11日 休館日	12日 茶道1組 俳句1組 コーラス	13日 フラワーアレンジメント	14日 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	15日 てらこやA 舞踊	16日 詩吟 かみかみ体操 俳句2組
午前 午後	18日 歌体操1組 百歳体操	19日 カラオケ	20日 俳画2組 健康体操 手工芸	21日 百歳体操 ワカバ会	22日 フラダンス オカリナ	23日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道2組
	25日 茶道2組 百歳体操	26日 コーラス ほのほのあいちゃん	27日 栄養教室	28日 百歳体操 楽しく活脳レクリエーション ウクレレ		
午後 太極拳2組						

老人クラブコーナー

**第7回大老連カラオケ大会
に長池連合長寿会
高松連合天寿会
から各1名が出演します！**

開催日：1月25日(金)
11時半～16時半
場 所：城東区民センター ホール
(地下鉄「蒲生四丁目」駅
1番または7番出口から
徒歩7分、城東区役所2階)
出場者：長池連合長寿会
陣内 忠之さん
高松連合天寿会
園山千恵子さん
★大きな応援をお届けください！

～区老連健康ウォーキング事業～
ちよこつとウォーキング
王子連合健寿会 &
丸山連合丸寿会

開催日：1月20日(日)
集合時間：9時30分
集合場所：阿倍野区民センター前
コース：区民センター前～新開筋
商店街～動物園前一番街
～ジャンジャン横丁～
通天閣～四天王寺
【約3km 約1時間15分】

あべのウォークPart29
～プロバスケットボールチーム
「大阪エヴェッサ」との
コラボウォーク～

開催日：3月2日(土)
集合時間：9時30分
集合場所：阿倍野区役所
参加費：無料
コース：区役所～聖天山～
てんしば～区役所着

★詳細は『広報あべの』にて
ご確認ください

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12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

年未年始(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