

阿倍野区



令和元年

10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

## お楽しみ落語会

日時：10月23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）



## 紙画の年賀状作り

日時：11月15日（金）  
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60歳以上の方  
内容：和紙と顔彩を使い年賀状を作ります。  
定員：16名（抽選）  
講師：水原 美和子さん  
参加費：200円  
持ち物：小筆・ティッシュ  
申込：10月25日（金）～11月5日（火）  
抽選日：11月6日（水）午前中  
※参加費は事前入金（11月13日（水）まで）となります。

## ふれあい喫茶

日時：10月18日（金）  
午後1時30分～午後3時  
場所：老人福祉センター 1階 会議室  
対象：市内在住の方  
費用：1杯50円（お菓子付き）



## 文化祭



10月10日（木）11日（金）  
作品展：10日（木）午前10時～午後4時  
11日（金）午前10時～午後3時  
お茶席：10日（木）午後1時～午後3時  
発表会：11日（金）午前10時30分～午後3時

## つながりフェスタ

日時：10月26日（土）  
午前10時～午後1時30分  
場所：老人福祉センター 1階 会議室  
対象：市内在住の方  
内容：ふれあい喫茶・ゲームコーナー  
費用：喫茶は1杯50円（お菓子付き）  
ゲームは無料です。  
あべのつながりフェスタのスタンプ会場です。

※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：10月29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。

	月	火	水	木	金	土
午前 午後		1日 茶道1・2組合同	2日 俳画1組	3日 健康体操2組 百歳体操	4日 てらこやA 紙画	5日 詩吟 かみかみ体操
		カラオケ	健康体操1組 手工芸	ヨガ講習会 ワカバ会	てらこやB オカリナ	太極拳1組
午前 午後	7日 茶道1・2組合同 百歳体操 書道1組	8日 俳句 コーラス	9日 文化祭 準備	10日 文化祭 お茶席 作品展	11日 文化祭 発表会 作品展	12日 ゆったりエアロ かみかみ体操
		14日 休館日	15日 カラオケ	16日 俳画2組 健康体操1組 手工芸	17日 健康体操2組 百歳体操 ヨガ講習会 ワカバ会	18日 てらこやA 舞踊
午前 午後	21日 歌体操1組 百歳体操 歌体操2組	22日 休館日	23日 お楽しみ落語会	24日 百歳体操 ヨガ講習会 ウクレレ	25日 フラダンス オカリナ	26日 ゆったりエアロ つながりフェスタ 書道2組
			28日 百歳体操 太極拳2組	29日 コーラス ほのほのあいちゃん	30日 空き家の話	31日 百歳体操 ヨガ講習会 ウクレレ

📷 8月の事業風景より 📷



8/22 かんたん体操

参加者の声

- ・大変良かったです。足の筋肉の話が良かったです。いつまでも歩けるようにしたいです。
- ・最近、筋肉の衰えを感じます。少しずつ身体を動かすようにしたいと思います。
- ・一人で、なかなか動かないのが曲や先生のかげ声で楽しく運動できました。



8/28 お楽しみ落語会



	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  休館日	5日 生花1・2組  カラオケ	6日 俳画1組  健康体操1組 手工芸	7日 健康体操2組 百歳体操  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 歌体操1組 百歳体操 歌体操2組	12日 茶道1組 俳句 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 紙画の年賀状作り	16日 詩吟 かみかみ体操
午前 午後	18日  百歳体操 書道1組	19日  カラオケ	20日 俳画2組  健康体操1組 手工芸	21日 健康体操2組 百歳体操 かんたん体操 ワカバ会	22日  オカリナ	23日  休館日
	25日 茶道2組 百歳体操 太極拳2組	26日  コーラス ほのほのあいちゃん	27日  お誕生会	28日  百歳体操 ウクレレ	29日 干支の色紙作り フラダンス 干支の色紙作り	30日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道2組

### 老人クラブコーナー

#### 第6回 老人クラブ大会 & 第13回サークル発表会 開催!

第1部で表彰等を含む式典、第2部で第13回サークル発表会を実施します。

日 時：10月17日(木)  
第1部 正午～  
第2部 午後1時～  
場 所：阿倍野区民センター  
2階 大ホール

- ★先着300名に参加賞を進呈。
- ★発表会終了後にお楽しみ抽選会もあります!

#### 第39回 区老連会長杯 グラウンド・ゴルフ大会 開催します

日 時：10月24日(木)  
午前9時 開会  
場 所：金塚ふれあい西公園  
多目的広場

- ★雨天の場合、翌週31日(木)に順延です。



#### ～区老連健康ウォーキング事業～ ちょこっとウォーキング 阿倍野連合寿会 & 晴明丘連合晴寿会で開催!

開催日：10月26日(土)  
集合時間：9時30分  
集合場所：北畠公園

- ★コースはチラシ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。＊

令和元年9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	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	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	○		
太極拳初心者	1組	第2 (木)	13:30~15:30	○	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)	13:30~15:30	○	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。	
健康体操	1組	第1・3(水)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
	2組	第1・3(木)	10:00~11:30	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
俳 句	—	第2 (火)	10:00~12:00	○	6ヵ月2,000円	筆記用具
フラワー アレンジメント	—	第2 (水)	13:30~15:00	●	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)	
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)	13:30~15:30	○	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