

阿倍野区
老人福祉センター だより



令和2年

11月号

〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町 5-12-26

発行：阿倍野区老人福祉センター
電話 6623-8052 FAX6623-2876

● ○ ● ○ お知らせ ● ○ ● ○

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しておりますイベント等につきましても今後の状況により中止や変更になることもあります。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご了承の程よろしくお願い申し上げます。

かんたん体操

日時：12月17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
内容：椅子に座ってできる体操です
講師：明石典子さん
定員：20名（抽選）
参加費：100円
持ち物：動きやすい服装・水分
申込：11月26日（木）午後5時まで
抽選日：11月27日（金）午前中
※参加費は事前入金（12月15日（火））までとなります



生きがい探求② 干支の色紙作り

日時：令和3年1月4日（月）
① 午前10時～
② 午後1時～ ③ 午後2時30分～
場所：老人福祉センター
① 2階 大広間、②③ 1階 会議室
対象：市内在住の60歳以上の方
持ち物：はさみ・小さい箱
講師：太田巳加さん
費用：200円
定員：①16名、②③8名（抽選）
内容：色紙にフェルトを使って作ります
申込：12月14日（月）午後5時まで
抽選日：12月15日（火）午前中
※参加費は事前入金（12月25日（金）まで）となります。



年忘れ！ 輪投げ大会

日時：12月9日（水）
① 午後1時30分～2時30分
② 午後3時～4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60歳以上の方
定員：各20名（先着）
申込：11月18日（水）午前10時～



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：11月24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
開催につきましては中止になることがあります



※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。

※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日 生花1・2組	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	5日 詩吟 かみかみ体操
		カラオケ	健康体操1組 手工芸	ワカバ会	てらこやB	ヨガ
午前 午後	7日 百歳体操 書道1組	8日 *茶道1組* 俳句 *コーラス*	9日 輪投げ大会	10日 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	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 *歌体操1組* 百歳体操	15日	16日 俳画2組	17日 健康体操2組 百歳体操	18日 てらこやA	19日 詩吟 かみかみ体操
午後	*歌体操2組*	*カラオケ*	健康体操1組 手工芸	かんたん体操 ワカバ会	*舞踊*	ヨガ
午前 午後	21日 *茶道2組* 百歳体操	22日	23日	24日 百歳体操 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
	太極拳2組	*コーラス* ほのほのあいちゃん				書道2組
午前 午後	28日 百歳体操 フラワーアレンジメント	29日 休館日	30日 休館日	31日 休館日	*印は、コロナ感染拡大予防対策のため、現在休止中のサークルです。再開する時はセンターより連絡させていただきます。	

老人クラブコーナー

～新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの併発による
高齢者の重症化を防ぐために～

高齢者インフルエンザ予防接種の 無償実施について

◆対象者:大阪市に住民登録がある方

65歳以上の方
60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器などの
基礎疾患を有する方

◆接種を希望される方は

市と委託契約を結んだ医療機関で接種できます。
予約が必要な場合もありますので、ワクチンの効果
や副反応についても併せて確認・相談してください。

◆実施期間

令和2年10月1日(木)～令和3年1月31日(日)

阿倍野区老人クラブ連合会 今後の予定

※新型コロナウイルスの影響により
中止・延期になる場合があります

12月12日(土)

ちよこっとウォーキング文の里連合

1月22日(金)

ちよこっとウォーキング
王子連合&丸山連合

※ちよこっとウォーキングは
老人クラブ会員のみでの参加で実施

※2/28(日)あべのウォークの開催
については、詳細がわかり次第お伝
えます。

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2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	○	1ヵ月600円 (手本代込)	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)	10:00~12:30	*	3ヵ月2,100円	服紗・扇子・懐紙・黒もじ・白 靴下
	2組	第4 (月)	10:00~12:30	*		
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	●	1ヵ月800円	筆記用具
	B	第1 (金)	13:30~15:00	●	6ヵ月2,400円	
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	●		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	○	3ヵ月4,800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	*	6ヵ月2,000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	○	1ヵ月400円	
ヨガ	—	第1・3(土)	15:00~16:15	●	3ヵ月3,000円	ヨガマットかバスタオル

○は見学後、入会できます ●は満員のため、順番待ちです *はコロナウイルス感染拡大予防対策のため、現在休止中です
※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