

あべの区の花
もも ベチユニア

阿倍野区 老人福祉センター だより

令和3年 4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ひ申し上げます。

健康セミナー 見逃すな 寝たきりつくる心房細動

日時：5月25日（火）午前10時30分～正午
場所：老人福祉センター 2階 大広間
対象：区内在住の60歳以上の方
講師：帝塚山病院・帝塚山リハビリテーション病院
総院長 福並 正剛 先生
内容：心房細動についてのお話
と検診
定員：20名（抽選）
持ち物：筆記用具
申込：5月6日（木）
午後5時まで
抽選日：5月7日（金）午前中



公益社 終活セミナー オンライン

日時：5月28日（金）
午前10時30分～
定員：16名（抽選）
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：「家族葬」って？ 費用は？
など普段聞くことができない具体的
な話や、新型コロナ禍の葬儀事情な
どをわかりやすくお話しします
申込：5月13日（木）午後5時まで
抽選日：5月14日（金）午前中



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：4月27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



4月・5月生まれの方の

♡お誕生会♡

※現在写真撮影のみとなっています

日時：5月26日（水）時間は追って連絡します
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
誕生日以外の方も参加できます
※誕生日の方は5月19日（水）
午後5時までに申し込みをお願いします



※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。

※事業の申込は全て本人からにら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 健康体操2組 百歳体操	2日 てらこやA	3日 詩吟 かみかみ体操
				ワカバ会	てらこやB	ヨガ
午前 午後	5日 百歳体操 書道1組	6日 生花1・2組 *カラオケ*	7日 俳画1組 健康体操1組 手工芸	8日 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	9日 紙画 フラダンス *オカリナ*	10日 ゆったりエアロ かみかみ体操
	12日 *歌体操1組* 百歳体操	13日 *茶道1組* 俳句	14日 代表者連絡会 フラワーアレンジメント	15日 健康体操2組 百歳体操 かんたん体操 ワカバ会	16日 てらこやA 舞踊	17日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ
午前 午後	19日 百歳体操	20日 *カラオケ*	21日 俳画2組 健康体操1組 手工芸	22日 百歳体操 ウクレレ	23日 フラダンス *オカリナ*	24日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道2組
	26日 *茶道2組* 百歳体操	27日 *コーラス* ほのほのあいちゃん	28日 お楽しみ落語会	29日 休館日	30日 フラダンス	

3月の事業風景より



3/10 初めてのスマホ決済と
カメラ活用術講座

参加者の声

- ・スマホ決済は無理と思っていたが、教えていただけたらできそうかと思いました。グーグルレンズの使い方に興味をもった。
- ・持っていて使いこなせていなかったもので、もっといじってみたくなりました。

来館の時は忘れずに！！

水分補給の
お飲み物



マスクの着用



検温

	月	火	水	木	金	土
午前 午後						1日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ
午前 午後						3日 休館日
午前 午後	10日 *歌体操1組* 百歳体操 *歌体操2組*	11日 *茶道1組* 俳句 *コーラス*	12日 俳画1組 *カラオケ* フラワーアレンジメント	13日 百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	14日 紙画 フラダンス *オカリナ*	15日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ
午前 午後	17日 百歳体操 書道1組	18日 生花1・2組 *カラオケ*	19日 俳画2組 健康体操1組 手工芸	20日 健康体操2組 百歳体操 ワカバ会	21日 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
午前 午後	24日 *茶道2組* 百歳体操 太極拳2組	25日 心房細動 *コーラス* ほのほのあいちゃん	26日 お誕生会 手工芸	27日 百歳体操 ウクレレ	28日 終活セミナー フラダンス *オカリナ*	29日 かみかみ体操
午前 午後	31日 百歳体操	<p>*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。</p>				

老人クラブコーナー

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

4月4日(日)
ちよこっとウォーキング
高松連合・常盤連合・金塚連合

4月21日(水)
第65回区老連会長杯
ゲートボール大会

新型コロナウイルス感染症に便乗した 身に覚えのない商品の送り付けにご注意を!

◆送り付けられる前に業者から電話連絡はありましたか?
なければ請求書が入っていてもお金を払ってはいけません!

売買契約は成立していないのに商品だけが到着した場合は、
使用せず保管し、業者が引き取りの申し出をしても応じず、到着
から14日経過すれば商品を処分できます。

売買契約の締結をしても、契約書を受け取ってから8日以内
なら無条件で契約解除(クーリング・オフ)ができます。

迷ったときは「消費者ホットライン」局番なしの188へ。

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3年3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