



# 老人福祉センターだより

発行：大阪市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

### 終活セミナー 最適な「MYライフ & エンディング」を考えよう

日時：8月30日（火）

① 午後1時30分～ ② 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60歳以上の方

講師：明治安田生命 チーフコンシェルジュ

① 法貴 希さん ② 中村 富美代さん

内容：終活についての講座と

ベジチェック測定と血管年齢測定

定員：16名（抽選） / 持ち物：筆記用具

申込：8月16日（火）

午後5時まで

抽選日：8月17日（水）午前中



### かんたん体操

日時：8月18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：無料

持ち物：動きやすい服装・水分

申込：8月4日（木）

午後5時まで

抽選日：8月5日（金）午前中



### オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：7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



### 本年度も「夏祭り」は中止となります



大変申し訳ございません

※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	 *印はコロナ感染拡大予防の為休止中のサークル				1日 てらこや A	2日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
					てらこや B	ヨガ1組
午前 午後	4日 百歳体操 書道1組	5日 生花 *カラオケ*	6日 俳画 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 ヨガ2組 *オカリナ*	9日 ゆったりエアロ かみかみ体操
	11日 百歳体操 歌体操	12日 *茶道1組* 俳句 *コーラス*	13日 輪投げ大会 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 ほのほのあいちゃん	16日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前 午後	18日 休館日	19日 *カラオケ*	20日 健康体操1組 手工芸	21日 健康体操2組 百歳体操 ワカバ会	22日 ヨガ2組 *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 太極拳2組	26日 *コーラス*	27日 お楽しみ落語会	28日 百歳体操 お誕生会 ウクレレ	29日	30日 かみかみ体操 ギター演奏会

5・6月の  
事業風景より



5/31(火)  
♡見逃すな♡寝たきり  
つくる心房細動



6/8(水)  
スマホ(iPhone)  
体験講座



	月	火	水	木	金	土
午前	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	百歳体操		俳画	健康体操2組 百歳体操		詩吟 かみかみ体操
午後			健康体操1組			ヨガ1組
午前	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	百歳体操	俳句		休館日		ゆったりエアロ かみかみ体操
午後		*コーラス*			ヨガ2組 *オカリナ*	
午前	15日	16日	17日	18日	19日	20日
	百歳体操			健康体操2組 百歳体操		詩吟 かみかみ体操
午後			健康体操1組	かんたん体操		ヨガ1組
午前	22日	23日	24日	25日	26日	27日
	百歳体操			百歳体操		ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	太極拳2組	*コーラス*		太極拳1組 ウクレレ	ヨガ2組 *オカリナ*	
午前	29日	30日	31日			
	百歳体操					
午後		終活セミナー				

老人クラブコーナー

2年半ぶり!!

梅田呉服座 大衆演劇定例観劇会を  
6/16(木)に実施しました

新型コロナウイルス感染拡大のため長らく実施できなかった大衆演劇の定例観劇会を実施しました。コロナ前の令和元年10月公演から2年半以上ぶりに、43名が劇団心(げきだん・こころ)さんによるお芝居と舞踊ショーを楽しみました。

梅田呉服座さんでは大阪府コロナ対策ガイドラインに従って、受付での検温・手指消毒、場内でのマスク着用・食事行為の禁止(水分補給はOK)を呼びかけているほか、会場自体のコロナ感染対策も徹底して感染ゼロを続けておられます。

毎月入れ替わる劇団をたくさん楽しめるよう、今後も定例観劇会を実施していきますので、是非ご参加ください!

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

- 9月17日(土)  
ちよこっとウォーキング長池連合  
長池公園北端～

※ちよこっとウォーキングの参加対象  
は老人クラブ会員のみとなっております。

※ウォーキング参加の会員さまへ。  
入会をお勧めしたいお友達と、ぜひ  
一緒にご参加ください!

# 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4年6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500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	—	第1 (火)	10:30~11:30	○	月1,300円	花袋・花ばさみ ※集金はサークルにご確認ください。
俳 画	—	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
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	●		
歌体操	—	第2 (月)	13:30~15:00	○	6ヵ月1,000円	運動のできる服装・タオル・飲物
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	●		
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)	14:30~16:00	○	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、機材使用料等として1,000円徴収	
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)	
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	1組	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
	2組	第2・4(金)	13:30~14:45	●		

○は見学後、入会できます ●は満員のため、順番待ちです \*は新型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