



老人福祉センターだより

発行：大阪市立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

SoftBank Android(アンドロイド)OS を使用

スマートフォン講座

日時：12月9日(金) 午前10時~12時
 場所：老人福祉センター 2階 大広間
 対象：市内在住の60歳以上で、スマートフォンを上手に使いこなせていない方
 (SoftBankのスマホを1人1台無料貸し出し)
 内容：知っておきたい基本機能と音声入力機能の紹介(文字入力・電話)など
 講師：ソフトバンク(株) スマートフォンアドバイザー
 参加費：無料 / 持ち物：筆記用具
 定員：16名(抽選)
 申込：11月24日(木)午後5時まで
 抽選日：11月25日(金)午前中



◎ 年忘れ ◎ 輪投げ大会



日時：12月14日(水)
 ① 午後1時30分~
 ② 午後2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) *入賞者に賞品あり
 申込：11月24日(木)午前10時~

かんたん体操

日時：12月15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
 参加費：無料
 定員：20名(抽選)
 持ち物：動きやすい服装・水分
 申込：12月1日(木)
 午後5時まで
 抽選日：12月2日(金)午前中



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：11月18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



※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		1日	2日 俳画	3日 休館日	4日 てらこやA	5日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
		カラオケ	健康体操1組 手工芸		てらこやB	
午前 午後	7日 百歳体操	8日 *茶道1組* 俳句	9日	10日 健康体操2組 百歳体操	11日 紙画	12日 ゆったりエアロ かみかみ体操
		コーラス	フラワーアレンジメント	太極拳1組 ウクレレ	ヨガ2組 *オカリナ*	
午前 午後	14日 百歳体操 歌体操	15日 *カラオケ*	16日 健康体操1組 手工芸	17日 健康体操2組 百歳体操	18日 てらこやA 舞踊 ほのほのあいちゃん	19日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前 午後	21日 百歳体操	22日 絵手紙年賀状	23日 休館日	24日 百歳体操 お誕生会 ウクレレ	25日 ヨガ2組 *オカリナ*	26日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道
午前 午後	28日 *茶道2組* 百歳体操 太極拳2組	29日 干支の色紙作り	30日 お楽しみ落語会			
		干支の色紙作り				

10月の事業風景より ◎10/8 (土) 青春ライブ♪ギター演奏◎



■演奏は住吉区でも活躍されている泉屋さん。
今回のテーマは、「平和を願って（当たり前がいつまでも続きますように）」でした。

【参加者の感想】

- いつもながら、泉屋さんの唄はサイコーです。特に御自分の唄は涙がでます。
- とても楽しく聴かせていただきました。なつかしい曲でとても良かったです。長く平和でいられますように祈ってます

- 今回も楽しく聞かせて頂きました。オリジナルの「わすれても、わすれないこと」泣きます
- 1つ1つの曲について話して下さることが、ぴったりで曲と歌声が良くあっていました
- 歌の前の語りもその時代を思わせて良かったです。
- 曲に合わせて一緒に歌えたら良いと思います。楽しかったです。



	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
					てらこやB	ヨガ1組
午前 午後	5日 百歳体操	6日 生花 *カラオケ*	7日 俳画 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 スマホ講習会 紙画 ヨガ2組 *オカリナ*	10日 ゆったりエアロ かみかみ体操
	12日 百歳体操 歌体操	13日 *茶道1組* 俳句 *コーラス*	14日 輪投げ大会	15日 健康体操2組 百歳体操 かんたん体操	16日 てらこやA 舞踊 ほのほのあいちゃん	17日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前 午後	19日 百歳体操	20日 *カラオケ*	21日 健康体操1組 手工芸	22日 百歳体操 ウクレレ	23日 ヨガ2組 *オカリナ*	24日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道
	26日 *茶道2組* 百歳体操 太極拳2組	27日 *コーラス*	28日 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

老人クラブコーナー

10/14(金)阿倍野区老人クラブ連合会 第9回老人クラブ大会 第14回サークル発表会 ご参加ありがとうございました!

新型コロナウイルス感染拡大のため、2年続けて第1部・式典のみを表彰者だけ参加する縮小開催で行ってきました。

今年ようやく参加制限を取り払い、3年ぶりに第2部・サークル発表会も実施することができました。

どのサークルも、練習できなかった日々を感じさせないような素晴らしい発表でした。

今年出演を見送ったサークルも、コロナがさらに終息へ向かい、練習を再開して来年のサークル発表会の舞台上で笑顔を見せてくれることと思います。

来年またのご参加よろしくお願いたします!



阿倍野区老人クラブ連合会 ウォーキングの予定

- 12月10日(土)
ちょこっとウォーキング文の里連合
桃ヶ池公園スタート(広場側時計台)
- 1月21日(土)
ちょこっとウォーキング王子連合&丸山連合
阿倍野区民センター西広場スタート

※ちょこっとウォーキングの参加対象は老人クラブ会員のみです。

※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11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）	—	第4	（土）	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
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	○	1ヵ月2,000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	
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
年末年始（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