



♪よみがえる青春♪ ギター演奏

日時：12月24日(水) 午後1時30分~2時20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：40名(先着順) 当日、午後1時より受付開始
内容：生ギターの弾き語り / 出演：木本 泉さん(泉屋)
(おもに懐かしい昭和のヒット曲や童謡)と楽しいトーク



年末大掃除

★センターの大掃除を行います★

日時：12月17日(水)

午前10時~正午

皆様のご協力をお願いします



囲碁・将棋 のお掃除は、

12月17日(水)

午後1時30分~行います。

囲碁・将棋に来られている方は
全員 ご協力 お願いします。



新春のつどい

日時：令和8年1月14日(水)

午後1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

内容：お楽しみ演芸会・ぜんざい ほか

申込：不要



ぜんざいは1杯50円
先着100杯!

オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：12月19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

費用：¥50・メニュー：コーヒー(お菓子付)



12月・1月 生まれの方のお誕生日会



日時：令和8年1月28日(水)

午後1時15分~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

お誕生日月以外の方も参加できます

申込：お誕生日月の方は1月8日(木)

午後5時までに申し込み下さい

生活用品などの賞品が当たる
ビンゴゲームや楽しいレ
クリエーション、写真撮影
などを企画しています



※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 休館日 元日	2日 休館日	3日 休館日
				5日 百歳体操	6日 カラオケ	7日 俳画 健康体操1組
午前 午後	12日 休館日 成人の日	13日 生花 コーラス 俳句	14日 新春の集い	15日 健康体操2組 百歳体操	16日 てらこやA 民踊 ほのほのあいちゃん	17日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
	19日 百歳体操 歌体操 1/12分	20日 カラオケ 手工芸	21日 健康体操1組	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
午前 午後	26日 茶道 百歳体操 太極拳2組	27日 コーラス	28日 お誕生会	29日 健康体操2組 1/1分 百歳体操	30日 てらこやA 1/2分 てらこやB 1/2分	31日 詩吟 1/3分 かみかみ体操 ヨガ1組 1/3分

老人クラブコーナー

1/27(火)

令和7年度区老連カラオケ大会



阿倍野区民センターの2階大ホールにて開催します。各連合老人クラブの会員30名が元気な歌声をお届けしますので、声援よろしくお願ひします！

※出場申込受付は終了していますので、お問い合わせはお控えください。

2/22(日)・23(月祝)

第8回区老連作品展



阿倍野区役所の2階大会議室にて2日間開催します。各連合老人クラブの会員による作品を一堂に展示するほか「ものづくりコーナー」で制作体験もできますので、お誘いあわせのうえご来場ください！

**阿倍野区老人クラブ連合会
ウォーキングの予定**

- 1月17日(土)
ちよ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
- 3月1日(日)
あべのウォークPart42
阿倍野区役所スタート
- 3月下旬
春のウォーキング(生きがいと健康づくり事業)
行き先調整中

※老人クラブ会員募集中。
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。✿

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	○	3ヵ月1,500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）	10:30~12:00	○	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）	10:15~12:00	○	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）	—	第4	（月）	10:00~12:00	●	3ヵ月2,100円	服紗・扇子・懐紙・黒もじ・白靴下
太極拳初心者	1組	第2	（木）	13:30~15:00	○	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）	13:30~15:00	○		
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	○	1ヵ月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）	14:00~16:00	○	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	○	1ヵ月2,000円	花ばさみ・ スーパーのビニール袋・雑巾
民 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	○	3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 （コピー代別）	
手工芸	—	第3	（火）	13:30~15:30	●	2ヵ月3,000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	
	初級			14:30~15:30	○		
ウクレレ （ピリ・アロハ）	—	第2・4	（木）	13:30~14:30	○	3ヵ月3,000円	
	初級			14:45~15:45	●		
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

※囲碁・将棋は予約制で、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



阿倍野区社協
ホームページ