



★★お知らせ★★

感染症拡大防止やその他諸事情のため、掲載しておりますイベントやサークルの日程等につきまして、中止や変更になることもあります。皆様にはご迷惑をおかけすることもあります。ご理解、ご了承の程よろしくお願ひ申し上げます。

盆踊り練習のお知らせ

日時：7月25日(木)・31日(水)  
どちらも午後1時30分～3時

場所：老人福祉センター 2階 大広間

対象：市内在住の子供から大人まで  
どなたでもOKです！

持ち物：動きやすい服装・水分

指導：舞踊の西野弘子先生

参加費：無料

※本番の「夏祭り・盆踊り大会」の予定は  
8月2日(金)午後1時30分～3時30分です



暑さに負けるな！元気はつらつ！  
夏の◎輪投げ大会◎

日時：7月10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

定員：40名(先着順)

内容：上位入賞者に粗品あり

申込：6月26日(水)  
午前10時～



6月・7月 生まれの方のお誕生日会

HAPPY BIRTHDAY

日時：7月24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7月18日(木)  
午後5時までに申し込み下さい



※写真撮影や、  
ビンゴゲームなど  
楽しい催しです



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：6月21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)



※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 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
	3日 百歳体操	4日 生花 カラオケ 手工芸	5日 俳画 健康体操1組	6日 健康体操2組 百歳体操	7日 てらこやA てらこやB	8日 ゆったりエアロ かみかみ体操 ギター演奏会
午前 午後	10日 百歳体操 歌体操	11日 俳句 コーラス	12日 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 かんたん体操 紙画 ヨガ2組 オカリナ	15日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
	17日 百歳体操	18日 カラオケ 手工芸	19日 健康体操1組	20日 健康体操2組 百歳体操	21日 てらこやA 舞踊 ほのほのあいちゃん	22日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道
午前 午後	24日 茶道 百歳体操 太極拳2組	25日 コーラス	26日 お楽しみ落語会	27日 百歳体操 ウクレレ	28日 ヨガ2組 オカリナ	29日 かみかみ体操

4月の事業風景より

4/24(水) お楽しみ落語会



4/25(木) ヤクルト健康セミナー



	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
午前	百歳体操	生花	俳画	健康体操2組 百歳体操	てらこやA	詩吟 かみかみ体操
午後		カラオケ 手工芸	健康体操1組		てらこやB	ヨガ1組
	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前	百歳体操	俳句		百歳体操	紙画	ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	歌体操	コーラス	輪投げ大会 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	
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前	休館日			健康体操2組 百歳体操	てらこやA	詩吟 かみかみ体操
午後	海の日	カラオケ 手工芸	健康体操1組		舞踊 ほのぼのあいちゃん	ヨガ1組
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前	茶道 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	お誕生会	盆踊り練習 ウクレレ	ヨガ2組 オカリナ	書道
	29日	30日	31日			
午前	百歳体操					
午後		コーラス	盆踊り練習			

老人クラブコーナー

阿倍野区老人クラブ連合会  
今後の予定

- ★5月29日(水)  
区老連定期総会
- ★6月2日(日)  
あべのウォーク Part37  
オリックスバファローズとコラボ!!  
球団OB・中谷忠巳氏が、皆さんと一緒に参加します。  
ゴールで抽選会もあります!!
- ★8月7日(水)  
梅田呉服座 大衆演劇 区老連定例観劇会  
今回の劇団は「桐龍座恋川劇団」。  
座長・二代目恋川純を中心に、枠にとらわれない幅広いお芝居や踊りをお楽しみください!!

第44回区老連会長杯  
グラウンド・ゴルフ大会の結果について

実施日 4月25日(木)  
場 所 長池運動場  
参加者 96名  
成 績 優勝 近藤 正 (長池)  
準優勝 濱野 禮子 (文の里)  
第3位 林田 猛 (高松)

予定日の23日が降雨のため、予備日の25日での開催となりました。  
参加した皆さんお疲れさまでした!

今大会で上位に入られた6名の方が、6月7(金)大阪城公園・太陽の広場にて開催の第19回大老連グラウンド・ゴルフ大会に出場されます。  
応援よろしくお祈いします!



# 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6年5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	○	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）	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	○	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	○	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 （コピー代含む）	
手工芸	—	第1・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