



阿倍野警察による



自転車の安全運転講習会

日 時：9月12日（金）午前10時～11時
場 所：老人福祉センター 2階 大広間
対 象：大阪市内在住の60歳以上の方
講 師：大阪府阿倍野警察交通課の方
内 容：自転車の改正道路交通法について
定 員：40名（先着順）／ 持ち物：筆記用具



ファミリーバンドライブ

昭和のヒット歌謡
や懐かしい洋楽
の日本語版など
音楽でつながる



時間を皆で共有して楽しく過ごしましょう！

日 時：8月13日（水）午後1時30分～
申 込：当日、午後1時より受付開始
場 所：老人福祉センター2階 大広間
対 象：市内在住の方 どなたでも
定 員：40名（先着順）
内 容：ファミリーバンド
「夢猫音楽隊」の歌と演奏
（主に懐メロ）一緒に唄って盛り上がりましょう！



代表者連絡会

第1回目

第2回目（予定）

日時：9月10日（水） 午前10時～
10月28日（火） 午前10時～
場所：老人福祉センター 2階 大広間
対象：サークルの代表者の方
内容：文化祭について



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日 時：8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



8月・9月 生まれの方のお誕生日会

日 時：9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9月18日（木）
午後5時までに申し込み下さい

楽しいゲームやレクリエーション、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。

2025年

阿倍野区老人福祉センター

8月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前					1日	2日
午後					ヨガ2組7/25分	詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前	4日 百歳体操	5日	6日	7日 健康体操2組 百歳体操	8日 かんたん体操	9日 ゆったりエアロ かみかみ体操
午後			夏祭り盆踊り大会	太極拳1組8/14分	ヨガ2組 オカリナ	
午前	11日 休館日	12日	13日	14日 百歳体操	15日	16日 詩吟 かみかみ体操
午後	山の日	コーラス	ファミリーバンド ♪ライブ	ウクレレ	民謡 ほのぼのあいちゃん	ヨガ1組
午前	18日 百歳体操	19日	20日	21日 健康体操2組 百歳体操	22日	23日 かみかみ体操
午後			健康体操1組		ヨガ2組 オカリナ	
午前	25日 百歳体操	26日	27日	28日 百歳体操	29日	30日 ゆったりエアロ8/23分 かみかみ体操
午後	太極拳2組	コーラス	お楽しみ落語会	ウクレレ	民謡3/20分	

6・7月の事業風景より

6/11(水) ヤクルト健康セミナー



アンケートより「面白く聞かせてもらいました。食事に対することで勉強になりました。楽しかったです。」「認知症予防の参考になりました。来て良かったと思います。」

7/9(水)夏の輪投げ大会



ルールが単純で高齢者にも気軽に参加でき楽しめる人気のゲーム
9個の輪を2回づつ投げて得点を競います。1～3位、とび賞・ブービー賞・館長特別賞などの賞品もあり盛り上がりしました。



2025年

阿倍野区老人福祉センター

9月 予定表

	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	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		代表者連絡会	百歳体操	自転車講習会	ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	歌体操	コーラス 俳句	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	敬老の日	カラオケ 手工芸	健康体操1組		民謡 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	休館日		百歳体操		ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	太極拳2組	秋分の日	お誕生会	ウクレレ	ヨガ2組 オカリナ	書道
	29日	30日				
午前	百歳体操					
午後		コーラス				

老人クラブコーナー

9/4(木) 大阪市高齢者福祉大会

場 所 クレオ大阪中央ホール

- ・四天王寺前夕陽ヶ丘駅(谷町線)から北東へ徒歩約3分
- ・バス停「上本町9丁目」から北西へ徒歩約7分
- ・バス停「天王寺警察署前」から北へ徒歩約7分

時 間 午後1時～4時30分

内 容 第1部 式典

優良クラブや永年勤続会長の表彰

第2部 アトラクション

阿倍野区老連から、踊りで
文の里連合長寿クラブが出演

★アトラクション終了後、抽選会があります。

阿倍野区老人クラブ連合会 今後の予定

- 9月4日(木)
大阪市高齢者福祉大会
- 9月13日(土)
ちょこっとウォーキング長池連合&文の里連合
- 9月20日(土)
全国一斉「社会奉仕の日」清掃活動
- 9月25日(木)
第64回大老連供養塔法要(高野山奥の院)
- 10月13日(月祝)
あべのカーニバルに出展
- 10月16日(木)
令和7年度老人クラブ大会・サークル発表会
- 10月25日(土)
ちょこっとウォーキング阿倍野連合&晴明丘連合

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