

老人福祉センターだより

発行：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

文 化 祭

日 時：10月27日(木)～29日(土)
作 品 展 (27・28日) 午前10時～午後4時
(29日) 午前10時～正午
発 表 会 (27日) 午後1時～4時
お 茶 席 (28日) 午後1時～3時
ふれあい喫茶 (29日) 午前10時～午後1時30分
(あべのつながりフェスタ)

場 所：老人福祉センター
内 容：作品展・サークル発表会・お茶席・ふれあい喫茶
対 象：市内在住の方
定 員：なし
費 用：無料



(お茶席1枚200円先着120名・
ふれあい喫茶1枚50円どちらも前売券あり)

「こころの健康」のお話

日 時：11月14日(月) 午後2時～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：よりいきいきと健康に過ごすためのお話
講 師：阿倍野区保健福祉課 保健師さん
定 員：30名(先着)
申 込：10月12日(水) から



「捨てる」から始めない

片 付 け 術

日 時：11月24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
定 員：24名(抽選)
持ち物：筆記用具
講 師：日本ライフオーガナイザー淡野さん
申 込：10月25日(火)～10月31日(月)
抽選日：11月1日(火) 午前中。

か た ん 体 操

椅子に座ってできる体操です！

日 時：11月9日(水) 午前10時30分～正午
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：30名(抽選)
講 師：明石 典子さん
申 込：10月12日(水)～10月18日(火)
抽選日：10月19日(水) 午前中

オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

困りごとや不安など、一人で抱えていませんか？
ほっと一息つける語らいの場、お気軽にお越し下さい。

日 時：10月18日(火) 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
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円

メニュー：コーヒーまたは紅茶(お菓子付き)

※送迎を希望される方はご相談下さい。



折 り 紙 講 習 会

日 時：11月22日(火)
①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分
場 所：老人福祉センター1階 会議室
対 象：市内在住の60歳以上の方
定 員：①②とも各16名(抽選)
講 師：日本折紙協会 井上喜世子さん
内 容：クリスマスリースとサンタ
持ち物：はさみ・さし・ピンセット
竹ぐし・鉛筆・小さい箱
参加費：300円(材料費)
申 込：11月2日(水)～11月10日(木)
抽選日：11月11日(金) 午前中
参加費は事前入金(11月19日(土))となります



※申込は開館日の午前10時～午後5時まで
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限り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	
午前 午後	3日 歌体操 百歳体操 書道1組	4日 カラオケ	5日 俳画1組 健康体操 手工芸	6日 百歳体操 認知症のお話と ストレッチ 13:30~	7日 おとなのてらこや	8日 ゆったりエアロ
午前 午後	10日 休館日	11日 茶道1・2組合同 俳句1組 コーラス	12日	13日 代表者連絡会◎ 10:00~ 百歳体操 太極拳1組	14日 ふれあいマッサージ 10:00~ 紙画 フラダンス オカリナ	15日 詩吟 俳句2組
午前 午後	17日 歌体操 百歳体操 太極拳2組	18日 カラオケ ほのほのあいちゃん	19日 俳画2組 健康体操 手工芸	20日 百歳体操 笑いヨガ 13:30~	21日 おとなのてらこや 舞踊 オカリナ	22日 ゆったりエアロ 書道2組
午前 午後	24日 茶道1・2組合同 百歳体操	25日 コーラス	26日 文化祭準備 生花・フラワー アレンジメント 生け込み	27日 文化祭 発表会 作品展	28日 文化祭 お茶席 作品展	29日 文化祭 つながりフェスタ
午前 午後	31日 百歳体操	センターからのお知らせ 靴と傘の間違いが多くなっていますので お帰りの際は気をつけるようお願いいたします。 靴袋を用意していますので、必要な方はお使いください。				

8月の事業風景より

8月10日 救命講習会




8月19日 夏祭り



8月24日 落語会



8月30日 篆刻講習会






色づいた今年もモミジ
ありがとう アイ

今月の川柳

雨やみて 今月の俳句
虹の片足 奈良あたり 英子



2016年

阿倍野区老人福祉センター

11月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前		1日 生花1・2組	2日 俳画1組	休館日	4日 おとなのてらこや	5日 詩吟
午後		カラオケ	健康体操 手工芸			
午前	7日 歌体操 百歳体操	8日 茶道1組 俳句1組	9日 かんたん体操 10:30~	10日 百歳体操	11日 紙画	12日 ゆったりエアロ
午後	書道1組	コーラス ほのぼのあいちゃん	フラワーアレンジメント	太極拳1組	フラダンス オカリナ	
午前	14日 歌体操 百歳体操	15日 カラオケ	16日 俳画2組	17日 百歳体操	18日 おとなのてらこや	19日 詩吟
午後	「こころの健康」 14:00~		健康体操 手工芸	お誕生会 13:15~	舞踊	俳句2組
午前	21日 百歳体操	22日 折り紙①10:00 コーラス 折り紙②13:30	23日 休館日	24日 百歳体操	25日 フラダンス オカリナ	26日 ゆったりエアロ
午後	介護予防ポイント事業 13:30~			片づけ講習会 13:30~		
午前	28日 茶道2組 百歳体操	29日	30日			
午後	太極拳2組					

10月・11月生まれの方の

お誕生会



日時：11月17日（木）午後1時15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
誕生月以外の方も参加できます。

※誕生月の方は11月10日（木）
午後5時までに申し込みをお願いします。
当日の写真撮影は12時30分より
開始します。

お楽しみ落語会

日時：11月30日（水）
午後1時30分～2時30分
場所：老人福祉センター 2階 大広間
内容：素人寄席 天満天神の会
対象：市内在住の60歳以上の方
定員：50名（先着）
申込：当日午後1時より受付



「ふれあい喫茶」
同時開催中！
多目的室にて
午後1時～3時





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。☆

平成28年9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	○	6ヵ月3,000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 (草月流)	1組	第1 (火)	10:00~11:00	○	4・5月、6・7月 2,000円 9~12月、1~3月 3,000円	花袋・花ばさみ
	2組	第1 (火)	11:00~12:00	○		
俳 画	1組	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
	2組	第3 (水)	10:00~12:00	○		
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	○		
俳 句	1組	第2 (火)	10:00~12:00	○	6ヵ月2,000円	筆記用具
	2組	第3 (土)	13:30~15:30	○	6ヵ月4,500円	
太極拳	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
	2組	第4 (月)	13:30~15:00	○		
フラワー アレンジメント	—	第2 (水)	13:30~15:30	●	月1,600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	
歌体操	—	第1・2(月)	10:00~11:30	●	6ヵ月1,000円	運動のできる服装
詩 吟	—	第1・3(土)	10:00~12:00	○	月500円 (コピー代別)	筆記用具
おとなのてらこや (脳のトレーニング)	—	第1・3(金)	10:00~11:30	●	月600円	筆記用具
カラオケ	—	第1・3(火)	13:30~15:30	○	年間4,000円	
健康体操	—	第1・3(水)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
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)	
フラダンス	—	第2・4(金)	13:30~15:00	●	3ヵ月3,000円	運動のできる服装
手工芸	—	第1・3(水)	13:30~15:30	●	材料費のみ	
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	
囲碁将棋同好会	—	(毎日、主に午後からの利用が多い)		—	—	(初めに世話人等を紹介します)

○は見学後、入会できます。 ●は満員のため、順番待ちです。

【老人福祉センターご案内】

老人福祉センターはおおむね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）

＜老人福祉センター付近図＞



＜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

市バス 阪南町5丁目バス停より北へ徒歩約5分

オレンジカフェ

ほのぼのあいちゃん

日頃の困りごとや不安など、お茶を飲みながら話ませんか！
ほっと一息つける語らいの場、相談もできますので気軽にお越しください。



★日 時： 9月27日（火）

10月18日（火）

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
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円

★メニュー：コーヒーまたは紅茶（お菓子付）

※送迎が必要な方は事前にご相談ください。



阿倍野区老人福祉センター

住所：阿倍野区阪南町5-12-26

TEL：(06) 6623-8052

FAX：(06) 6623-2876