

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

電話 6623-8052

FAX6623-2876

〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町 5-12-26

年忘れ輪投げ大会

日時：12月1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：40名(先着)
申込：11月15日(火)から



三線コンサート

日時：12月14日(水) 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
出演：大阪三線クラブのみなさん
内容：沖縄の伝統楽器「三線」の演奏
定員：50名(先着)
申込：11月15日(火)から
ふれあい喫茶を同時開催!
多目的室にて午後1時30分～3時30分



パステルアート講習会

日時：12月2日(金) 午後1時30分～3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：16名(抽選)
講師：金井三和子さん
内容：パステルでクリスマスツリーを描きます
持ち物：筆記用具
参加費：700円(材料費)
申込：11月17日(木)～11月21日(月)
抽選日：11月22日(火) 午前中
参加費は事前入金(11月30日(水))となります



阿倍野区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

笑いヨガ

日時：12月15日(木) 午後1時30分～3時
場所：阿倍野区民センター集会室1(1F)
対象：市内在住の60歳以上の方
定員：40名(先着)
講師：大阪市生涯学習インストラクター
岡本笑美子さん
申込：11月15日(火)から



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：11月8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。



社会見学

日時：12月16日(金) 午後1時30分～
現地集合・現地解散
内容：大阪市立歴史博物館の見学
対象：市内在住の60歳以上の方
定員：30名(抽選)
参加費：30円(保険代)
※65歳未満の方は別途入館料
(600円)が必要となります。
申込：11月30日(水)～12月5日(月)
抽選日：12月6日(火) 午前中
参加費は事前入金(12月12日(月))です。



※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。

**3ページにも11月の行事を
掲載しています**

※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。

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	3日 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	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~	カラオケ	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	23日 休館日	24日 百歳体操	25日	26日 ゆったりエアロ
午後	介護予防ポイント事業 13:30~	コーラス 折り紙②13:30		片づけ講習会 13:30~	フラダンス オカリナ	書道2組
午前	28日 茶道2組 百歳体操	29日 「市政改革の取り組み」 10:30~	30日			
午後	太極拳2組		お楽しみ落語会 13:30~			

📷 9月の事業風景より 📷

9月9日 アロマストレッチ講習会




9月15日 お誕生会






10月6日
認知症のお話と
ストレッチ






9月30日 音楽療法





今月の川柳
耳遠く
なって芝居が
うまくなり
なおと



2016年

阿倍野区老人福祉センター

12月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前				1日 百歳体操	2日 おとなのてらこや	3日 詩吟
午後				年忘れ輪投げ大会 13:30~	バズルアート 13:30~ オカリナ	
午前	5日 歌体操 百歳体操	6日 生花1・2組	7日 俳画1組	8日 代表者連絡会④ 10:00~ 百歳体操	9日 紙画	10日 ゆったりエアロ
午後	書道1組	カラオケ	健康体操 手工芸	太極拳1組	フラダンス オカリナ	
午前	12日 歌体操 百歳体操	13日 茶道1組 俳句1組	14日	15日 百歳体操	16日 おとなのてらこや	17日 詩吟
午後		コーラス ほのほのあいちゃん	三線コンサート 14:00~	区民センター 笑いヨガ 13:30~	舞踊 社会見学	俳句2組
午前	19日 百歳体操	20日	21日 俳画2組	22日 大掃除	23日 休館日	24日 ゆったりエアロ
午後		カラオケ	健康体操 手工芸			書道2組 世代間交流
午前	26日 茶道2組 百歳体操	27日	28日	29日 休館日	30日 休館日	31日 休館日
午後	太極拳2組	コーラス フラワーアレンジメント				

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～
詳細は10月号に掲載

お楽しみ落語会

日時：11月30日（水）
午後1時30分～
2時30分

※「ふれあい喫茶」同時開催
多目的室にて午後1時～3時
詳細は10月号に掲載

介護予防ポイント事業
登録時研修会

日時：11月21日（月）
午後1時30分～4時30分
対象：市内在住の65歳以上の方
場所：老人福祉センター
2階 大広間
持ち物：・筆記用具
・印鑑
（シャチハタ不可）
・介護保険証

定員：24名
申込：大阪市社会福祉協議会
tel 06-6765-5610
fax 06-6765-5607

「市政改革の取組み」
についてのお話し

日時：11月29日（火）
10時30分～
11時30分
対象：市内在住の60歳
以上の方
場所：老人福祉センター
2階 大広間
講師：大阪市 市政改革室
総合調整担当
定員：20名（先着）
申込：11月1日（火）～



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10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。

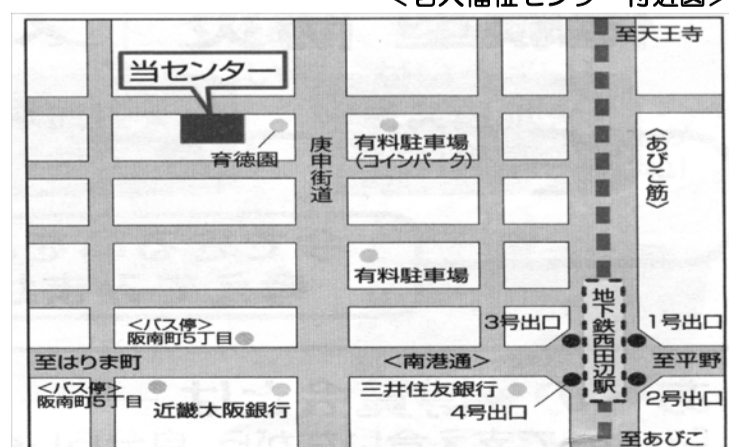
○利用時間：午前10時～午後5時

○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）

＜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