

夏祭

## 夏祭り・盆踊り大会

日 時：8月7日(金)午後1時30分～3時

【受付は午後1時15分～】

場 所：老人福祉センター 2階 大広間

対 象：市内在住の方どなたでも

持ち物：動きやすい服装・水分



★参加費無料★ 申し込み不要 子供から大人までどなたでも参加できる夏祭りです 楽しいゲームもありますよ♪

★★ 盆踊り・練習会 ★★

7月24日(金)・30日(木)

午後1時30分～3時

指 導：民踊の西野弘子先生

## かんたん体操

日 時：8月21日(金)

午前10時～11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

持ち物：動きやすい服装・水分

講 師：明石典子さん

参加費：無料

内 容：椅子に座ってできる体操です

定 員：20名(抽選)

申 込：8月5日(水)午後5時まで

抽選日：8月6日(木)午前中



## お楽しみ落語会

日 時：8月26日(水)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：50名(先着順)

内 容：素人寄席 天満天神の会

申 込：当日午後1時より受付



「ふれあい喫茶」同時開催!!

多目的室にて午後1時～3時30分  
コーヒーまたは紅茶(お菓子付き)



## よみがえる青春♪ギター演奏

日 時：8月29日(土)

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)

内 容：生ギターの弾き語り

(昭和の名曲)と楽しいトーク

出 演：木本 泉さん(泉屋)

申 込：当日、午後1時より受付開始



## オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日 時：7月17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(コーヒー+お菓子)



※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。

2026年

阿倍野区老人福祉センター

7月 予定表

	月	火	水	木	金	土
午前			1日	2日	3日	4日
			俳画 健康体操 1組	健康体操 2組 百歳体操	てらこやA てらこやB	詩吟 かみかみ体操 ヨガ 1組
午後	6日	7日	8日	9日	10日	11日
	百歳体操	生花 カラオケ	輪投げ大会 フラワーアレンジメント	百歳体操 太極拳 1組 ウクレレ	ヨガ 2組 オカリナ	ゆったりエアロ かみかみ体操
午前	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	百歳体操 歌体操	俳句 コーラス	健康体操 1組	健康体操 2組 百歳体操	てらこやA 民謡 ほのほのあいちゃん	詩吟 かみかみ体操 ヨガ 1組
午後	20日	21日	22日	23日	24日	25日
	休館日 海の日	カラオケ 手工芸	お誕生会	百歳体操 ウクレレ	盆踊り練習 オカリナ	ゆったりエアロ かみかみ体操 書道
午前	27日	28日	29日	30日	31日	
	茶道 百歳体操	コーラス	骨の健康講座	百歳体操 盆踊り練習	ヨガ 2組 7/24分 オカリナ 8/14分	
午後	太極拳 2組					

5月の事業風景より

5/26(火) 寝たきりつくる心房細動



帝塚山病院 院長先生の心房細動と脳卒中についてのお話の後、受講者全員に健診していただきました。

5/27(水) 4・5月生まれのお誕生会



今回は、園児の歌とダンス・ハーモニカ愛好家グループ「ドリ・ホー」の演奏・ビンゴゲームで楽しく盛り上がりしました。

	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 コーラス 8/11分	5日 健康体操1組	6日 健康体操2組 百歳体操 太極拳1組 8/13分	7日 夏祭り盆踊り大会	8日 ゆったりエアロ かみかみ体操
午前 午後	10日 百歳体操	11日 休館日 山の日	12日	13日 百歳体操 ウクレレ	14日 ヨガ2組	15日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
	17日 百歳体操		18日	19日 健康体操1組	20日 健康体操2組 百歳体操	21日 かんたん体操 民踊 ほのほのあいちゃん
午前 午後	24日 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 ギター演奏会
	31日 百歳体操					

### 老人クラブコーナー

#### 令和8年度 区老連定期総会

5月25日(月)、滋賀県の休暇村近江八幡東館にて開催され、令和7年度事業・決算・会計監査についての報告と役員改選および令和8年度の事業方針(案)・事業計画(案)・予算(案)について承認されました。

今回の役員改選では区老連会長をはじめ4名の役員が退任されました。長年、区老連の発展にご尽力いただきありがとうございます。新しい役員体制でより魅力ある区老連事業を展開してまいりますので、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

#### 阿倍野区老連 今後の予定

- 7月30日(木)  
見守りサポーターフォローアップ研修会
- 9月3日(木)  
大阪市高齢者福祉大会
- 9月12日(土)  
ちょこっとウォーキング 長池&文の里  
長池公園北端スタート、長居公園ゴール
- 9月20日(日)  
全国一斉「社会奉仕の日」清掃活動
- 9月25日(金)  
大老連 第65回供養塔法要

# 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）	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
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）	筆記用具
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4,000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



阿倍野区社協  
ホームページ