



★★お知らせ★★

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しておりますイベント等につきましても今後の状況により中止や変更になることもあります。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、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20日(木)・29日(土)  
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4日(金)午後1時30分～3時30分です

オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日時：6月16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)



暑さに負けるな! 元気はつらつ!  
夏の輪投げ大会

日時：7月12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21日(水)



午前10時～



6月・7月 生まれの方のお誕生日会



日時：7月26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  
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20日(木)  
午後5時までに申し込み下さい



※今回の催しは、  
オカリナ演奏と  
ビンゴゲームです



※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限定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 健康体操2組 百歳体操	2日 てらこやA  てらこやB	3日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
				5日 百歳体操	6日 生花 カラオケ	7日 俳画 健康体操1組 手工芸
午前 午後	12日 百歳体操 歌体操	13日 コーラス 俳句	14日 フラワーアレンジメント	15日 健康体操2組 百歳体操 かんたん体操	16日 てらこやA  舞踊 ほのほのあいちゃん	17日 詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
	19日 百歳体操	20日 カラオケ	21日 健康体操1組 手工芸	22日 百歳体操 ウクレレ	23日 ヨガ2組 オカリナ	24日 ゆったりエアロ かみかみ体操 書道
午前 午後	26日 茶道 百歳体操 太極拳2組	27日 コーラス	28日 ずっと元気に 過ごすために!	29日 百歳体操 ウクレレ	30日 てらこやA  てらこやB	

4月・5月の事業風景より

4/20(木) かんたん体操



4/26(水) お楽しみ落語会



5/10(水) スマートフォン体験講座



	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	5日 俳画 健康体操1組 手工芸	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
午前 午後	10日 百歳体操 歌体操	11日 コーラス 俳句	12日 輪投げ大会 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 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 休館日	18日 カラオケ	19日 健康体操1組 手工芸	20日 健康体操2組 百歳体操 盆踊り練習	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 お誕生会	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 盆踊り練習
	31日 百歳体操					

**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 6月・7月**

- ★6月4日(日)  
あべのウォーク Part34  
セレッソ大阪とコラボ!!  
チームアンバサダ2名が、皆さんと  
一緒にウォーキングします。  
ゴールで抽選会もあります!!
- ★6月13日(火)  
区老連定期総会

- ★7月26日(水)  
梅田呉服座 大衆演劇  
区老連定期観劇会  
今回の劇団は「劇団花吹雪」。  
座長2名の二枚看板で、海外公演を成功  
させるなど、国際交流にも貢献している  
若さあふれる舞台をご覧ください。  
申込は各連合老人クラブで取りまとめて  
います。申込締切：7月14日(金)

# 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5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）	1組	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）	13:30~15:30	●	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）	13:30~15:30	●		
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）	14:00~15:30	○	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	○	2ヵ月2,000円 （コピー代含む）	
手工芸	—	第1・3	（水）	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）	13:30~15:00	○	4ヵ月2,000円	
ウクレレ	—	第2・4	（木）	13:30~15:00	○	3ヵ月3,000円	
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