

★ ★ 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い申し上げます。

お 楽 し み 落 語 会

日 時：11月29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）



オレンジカフェ ほのぼのあいちゃん

日 時：10月20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）



生きがい探求 絵手紙年賀状作り

日 時：11月8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

内 容：顔彩を使い年賀状を作ります

定 員：16名（抽選）

講 師：水本 久代 さん

参加費：250円

持ち物：小筆

申 込：10月23日（月）午後5時まで

抽選日：10月24日（火）午前中



10月・11月 生まれの方のお誕生日会

HAPPY BIRTHDAY

日 時：11月22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11月16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。

2023年

阿倍野区老人福祉センター

10月 予定表

	月	火	水	木	金	土
	2日	3日	4日	5日	6日	7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	歌体操	カラオケ	健康体操1組 手工芸		てらこやB オカリナ	ヨガ1組
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前	休館日		代表者連絡会	百歳体操	紙画	ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	スポーツの日	コーラス 俳句	ヨガ2組	太極拳1組 ウクレレ	ヨガ2組 オカリナ	
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
午前	百歳体操			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 手工芸	かんたん体操	舞踊 ほのぼのあいちゃん	ヨガ1組
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
午前	茶道 百歳体操		文化祭 準備	文化祭 お茶席 作品展	文化祭 発表会 作品展	ゆったりエアロ かみかみ体操
午後	太極拳2組	コーラス				書道
	30日	31日				
午前	百歳体操					
午後						

8月・9月の事業風景より

8/30(水)お楽しみ落語会



同時開催のふれあい喫茶

9/9(土)よみがえる青春 ♪ ギター演奏会



2023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	2日	3日	4日
午後			俳画 健康体操1組 手工芸	健康体操2組 百歳体操	休館日 文化の日	詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午後	百歳体操	カラオケ	絵手紙年賀状作り	百歳体操 太極拳1組 ウクレレ	紙画 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
午後	百歳体操 歌体操	コーラス 俳句	健康体操1組 手工芸	健康体操2組 百歳体操	てらこやA 舞踊 ほのぼのあいちゃん	詩吟 かみかみ体操 ヨガ1組
午前	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午後	百歳体操	カラオケ	お誕生会	休館日 勤労感謝の日	ヨガ2組 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		
午後	茶道 百歳体操 太極拳2組	コーラス	お楽しみ落語会	百歳体操 ウクレレ		

老人クラブコーナー

10/19(木) 阿倍野区老連 令和5年度 老人クラブ大会 開催します

場 所 阿倍野区民センター大ホール
 受付開始 午前11時
 開 会 正午
 内 容 第1部 式典(各地域役員の永年勤続表彰)
 第2部 サークル発表会
 (踊り・体操・歌・演奏など多彩)

ご来場の際は
マスク着用で

先着300名に
参加賞進呈

お楽しみ抽選会
あります!



阿倍野区老人クラブ連合会 今後の予定

- 10月7日(土)
アベノ健康展に出展
- 10月9日(月祝)
あべのカーニバルに出展
- 10月21日(土)
ちょこっとウォーキング
阿倍野連合&晴明丘連合
9:30 北畠公園スタート
- 10月23日(日)
第67回
区老連会長杯ゲートボール大会
開会 9:00
場所 金塚ふれあい西公園
多目的広場

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）	—	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	○	3ヵ月3,000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)	13:30~14:30	○	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