

旭区老人福祉センター



旭区老人福祉センター

旭区森小路 2-5-29 ☎06-6955-1377

asahiroufuku@aurora.ocn.ne.jp

《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

だより

2017/7月号

※当センター利用の際は、必ず利用証の提示をお願いします。お持ちでない方は、ご本人様の確認できる書類を持って事務室まで。



今月の作品

【俳句 もえ】

妣在す補陀落遙かカーネーション

辻本 義一

【城北川柳会】『自由吟』

(天) お湯割りを燃料にして上り坂

小谷 集一

【あさひ川柳友の会】『母』

母の日に一緒に出かけ

わらびもち

不動 澄江

老人福祉センターの利用証について

★当センターを利用される方は、必ず利用証をかごの中に入れてください。

当センターに来られても利用証を出さずに利用されている方がおられます。必ず利用証をかごの中に入れてください。



★自分の利用証を確認してお持ち帰りください。

センターからお帰りの際は、必ず自分の名前を【確認】して利用証をお持ち帰りください。同じ名字の方同士の間違いや、親切で自分の利用証と一緒に友人の方の利用証をお取りになられる方がおられ、本人さんが知らずに探されていることがよくあります。自分の利用証以外はお取りにならないようにしてください。

駐輪場

ではマナーを守って、正しく利用しましょう

★旭区総合福祉センターの駐輪場です

老人福祉センター専用の駐輪場ではありません。

小さなお子様を連れた保護者の方や、こどもたちも利用されています。

★老人福祉センターの利用時間は、午前10時～午後5時までです

最近老人センターの利用時間外に駐輪されている方がおられます。

利用時間以外の駐輪はできません。

★自転車はラインに沿って整列し、倒れないように停めてください

曜日や時間によれば、駐輪場がいっぱいになることもあります。

皆さんが止められるように、ラインに沿って整理して停めましょう。

自転車のスタンドは必ずロックをしてください。



だまされないで！ 還付金等の詐欺が急増！

◆ATMで医療費等のお金は戻ってきません！

◆「還付金、ATMに行って」は詐欺です！

◆あやしい電話や、訪問等があれば、すぐに警察へ通報してください。



旬の野菜を食べよう！

1日3食規則正しい食事を取りましょう！



オクラの粘々の正体は、ペクチンという水溶性の食物繊維と多糖類のひとつであるムチン。独特の粘々成分には、胃腸の調子を整える役割があり、夏バテ防止にも効果的です。

講座・イベント案内

申し込みはご本人様に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

講座・イベントの申込方法・時間について…

来館…午前10時～午後5時まで受付 **電話**…午前10時～午後5時まで受付

※ただし、電話受付の場合は、「仮受付」となり、後日センター窓口まで「本申し込み」に来ていただく必要があります。

医師から学ぶ 本当に怖い熱中症！

- とき 7月24日(月)
14時～15時30分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 講師 一般社団法人 大阪市旭区医師会 理事
清水クリニック 院長
金 貞孝 先生
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定員 25名(先着順)
- 費用 無料
- 内容 本当に怖い熱中症
予防と対策について
- 申込み 7月6日(木)午前10時から
来館・**電話**にて受付

熱中症
予防



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

悪質商法撃退！ エルちゃんの見守り講座

- とき 7月10日(月)
13時30分～15時
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 講師 消費生活相談員
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定員 30名(先着順)
- 費用 無料
- 内容 悪質商法に遭わないために…
被害事例と被害防止について
- 申込み 6月19日(月)午前10時から
来館・**電話**にて受付



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

平和を考える戦争パネル展 ～伝えよう平和への思い～

- とき **第1部** 8月7日(月)～8月10日(木)
【大阪に残る戦争の傷あと】
第2部 8月28日(月)～8月31日(木)
【ヒロシマ・ナガサキ】
- ところ 旭区老人福祉センター 2階会議室
- 対象 大阪市内在住の60歳以上の方
- 定員 なし
- 費用 無料
- 内容 平和を考える戦争パネル展
- 申込み 不要 直接お越しください

平和
考える



※ともに10時～17時 最終日のみ15時迄



7月/8月/9月お誕生日会&記念撮影会

- とき 9月26日(火)
13時30分～15時
- ところ 旭区老人福祉センター 3階多目的室
- 対象 利用証をお持ちの7・8・9月生まれの方
- 定員 30名(先着順)
- 費用 無料
- 内容 ①記念撮影(個人撮影のみ)
②簡単な健康チェック ③舞台発表見学
- 申込み 9月 1日(金)午前10時から
来館・**電話**にて受付

HAPPY
BIRTHDAY



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

※講習会受講希望者で、『送迎サービス』や『郵送・電話・メールでの受講案内』を行っております。一定の制限があり、事前の申し込みが必要ですので、

【旭区老人福祉センター】までお問い合わせください。

～事業報告～

5/19(金)

まほうびん記念館見学会



人類の保温・保冷の工夫を暮らしの【便利さ】と【快適さ】に…まほうびんの歴史を学びました。



5/15・22・29(月)

パッチワーク教室




全3回の講座でオリジナルバッグを作りました。

5/11・18・25・31・6/8

41期旭区いちょう学園



5/31(水) 社会見学～大阪市中央卸売市場～へ行きました。果物せりの見学・お買物体験・旬の食材を使ったの調理実習等盛りだくさんの内容となりました。

日	月	火	水	木	金	土
						1 (い)合同 城北川柳会 旭シニアサウンズ 城北川柳会 卓球(梟の会)
<p>スマホ・タブレットでイベント・講座案内が見れます</p> <p>① QRコードを読み取り、アドレスをタップする ② 希望の講座をタップし、チラシをダウンロードする</p> <p>※バックナンバーも御覧になれます。</p>						
2 休館日	3 百歳体操(月) (い)梅・なかよしヨガ ゆり園&ランチハイキング	4 (い)梅 (老)カラオケ(大宮)	5 百歳体操(水) トレーニング	6 にこにこヨガ 健康太極拳	7 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	8 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
	(老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ	コーラス (むつみ・すみれ)	民謡(しらかば会) 卓球(梟の会)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(書友会)	詩吟倶楽部 民踊	卓球(梟の会)
9 休館日	10 百歳体操(月) (老)カラオケ(古市)	11 (い)百合 (老)カラオケ(大宮)	12 百歳体操(水) トレーニング	13 (い)菖蒲 元気ヨガ 健康太極拳	14 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会)	15 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
	(老)カラオケ(中宮) エルちゃんの見守り講座	おりがみ(おりづるの会)	卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(樹心会) 銭太鼓(うさぎの会)	音楽療法	卓球(梟の会)
16 休館日	17 休館日	18 (い)梅 (老)カラオケ(大宮)	19 百歳体操(水) トレーニング	20 にこにこヨガ 健康太極拳 あさひ川柳友の会	21 (い)萩 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	22 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
		コーラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会) 民謡(しらかば会)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(書友会) (い)紫陽花	詩吟倶楽部 民踊	卓球(梟の会)
23 休館日	24 百歳体操(月) (老)カラオケ(古市)	25 (い)百合 (老)カラオケ(大宮)	26 百歳体操(水) トレーニング	27 元気ヨガ 健康太極拳	28 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会)	29 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
	(老)カラオケ(中宮) 胸もえ ハワイアンフラ 熱中症講座	おりがみ(おりづるの会)	卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(樹心会) 銭太鼓(うさぎの会)	音楽療法	卓球(梟の会)
30 休館日	31 百歳体操(月) なかよしヨガ (老)カラオケ(中宮)	