



# 都島区

# 老人福祉センターだより



大阪市都島区中野町4-2-24-108

電話06-6354-0354

＜指定管理者＞社会福祉法人 リベルタ

メール miyakojimaroufuku@tune.ocn.ne.jp

都島区老人福祉センターをご利用いただきありがとうございます。当センターご利用の際は、利用証のご提示をお願い致します。お持ちでない方は、ご本人確認書類（保険証、免許証等）をお持ちの上、窓口にお申し出ください。

## 10月の講座・イベントのご案内 ～受講生募集！～

★都島区在住の方で当センターへの送迎が必要な方は、お電話でご相談ください。

### 秋季 卓球大会

＜とき＞10月17日（火）

午前の部 午前10時30分～

午後の部 午後1時30分～

＜対象＞都島区老人福祉センター卓球同好会

＜費用＞無料

＜申込＞9月1日（金）から、ご来館にて受付。

### ハロウィンパーティー

＜とき＞10月28日（土）

午後1時～お菓子がなくなり次第終了

＜対象＞

都島区老人福祉センターのご利用の方（先着100名）

中野連合振興町会の子どもたち（先着100名）

合言葉「Trick or Treat」を言って、お菓子をゲットして楽しみましょう！！  
中野連合振興町会と一緒に事業します。



### ＜ちょこっと情報＞

最近、テレビ等の報道で食中毒が発生していると言われていています。食中毒（ノロウイルス等）にご注意を・・・！！高熱・嘔吐・下痢等の症状や日常の様子が違う時は、病院の先生に相談しましょう！！  
予防のために手洗いをしましょう。

### 東洋医学（漢方）と健康

＜とき＞10月19日（木）

午後2時00分～

＜講師＞岩井 正憲さん

＜対象＞市内在住の60歳以上の方

＜定員＞先着20名

＜費用＞無料

＜申込＞9月1日（金）から、ご来館・お電話にて受付。



### 消防訓練

《とき》10月28日(土) 午前10時～  
都島区老人福祉センターと桜ノ宮市営住宅の合同訓練です  
ので、ご協力をお願いします。

#### 都島区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

### 「よくばり三味! 秋の味覚・体験ツアー」

《とき》10月31日(火) 雨天決行  
《集合》午前8時15分 都島区老人福祉センター前  
※解散は午後5時30分ごろですか交通事情によって異なる場合があります。  
《費用》4000円(昼食・体験料・一部バス代等)  
※食事の時の飲物代は自己負担となります  
《対象》市内在住の60歳以上の方  
《定員》45名(応募多数抽選) ※当選者のみ通知  
《申込》9月25日(月)～10月7日(土)まで  
ご本人がご来館にて受付。複数申込不可。座席配慮あり

### 結核定期健診をうけよう!

《とき》10月30日(月)  
午後1時 お話(結核について)  
午後2時 検診  
《講師》大阪市保健局 職員  
《費用》無料  
《対象》市内在住の60歳以上の方  
《定員》先着20名程度  
(希望者は全員受診可)  
《申込》ご来館にて受付中。

### 健康セミナー

### 「白内障って、どんな病気!いつ手術するの?」

《とき》11月2日(木) 午後2時  
《講師》医師会  
(医) 菅澤眼科医院 菅澤啓二先生  
《対象》市内在住の60歳以上の方  
《定員》先着20名 《費用》無料  
《申込》9月7日(木)から、  
ご来館にて受付。

## 11月の講座・イベントのご案内

～受講生募集!～

### 歩こう会「大阪の歴史散策ツアー～昭和町の歴史の散歩道を歩こうかい!～」

《とき》11月7日(火) 雨天決行  
《集合》12時20分 地下鉄「都島」駅改札口前 《ガイド》宮川 圭三さん  
《距離》4km 《費用》30円(保険代) ※申込時にお支払いください。 ※交通費等は自己負担  
《参加》市内在住の60歳以上の方 《定員》先着30名 《申込》ご本人がご来館にて受付中。

### ～イスを使って健康づくり～心と身体のほぐし方

《とき》11月10日(金) 午前10時30分～12時  
《講師》西村マコト先生(大阪市生涯学習インストラクター)  
《対象》市内在住の60歳以上の方  
《定員》先着15名 《費用》無料  
《申込》10月2日(月)から、ご本人がご来館にて受付。

### エコ工作「ブンブンごま」づくり

《とき》11月23日(木・祝)  
午後1時～3時  
《場所》都島区民センター ホール  
《費用》無料  
《対象》どなたでもOK  
《定員》先着50名  
《申込》当日会場にて ※この日は、  
「みやっこみんな健康づくりのつどい」開催!

### お誕生会～10月・11月生まれの方～

《とき》11月28日(火) 午後2時～  
《定員》20名(先着) 《費用》無料  
《申込》ご来館にて受付。 ※お祝いボランティア募集中!!



### ふれあいカフェ みやっこ 《とき》11月29日(水) 午前10時～12時

《費用》1人100円 (コーヒーor紅茶とお菓子)  
《対象》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  
★送迎をご希望の方は、ご相談下さい。 ※センターを利用されている方も、お茶を飲みに来てね!!

★★★★★★《事業報告》ご参加ありがとうございました。★★★★★★

【8/22 反戦平和を考える集い】

DVD「蛍の墓」を観賞しました。その後、戦争の体験談を話してくれました。貴重なお話、ありがとうございました。

【8/25 苔玉づくり】

とても楽しく作れました。



【8/29 世界の貯金箱博物館&尼信会館】

世界の貯金箱や世界のコイン、尼崎城の歴史等が展示されていました。貯金箱のお土産をいただきました。とても楽しかったです。

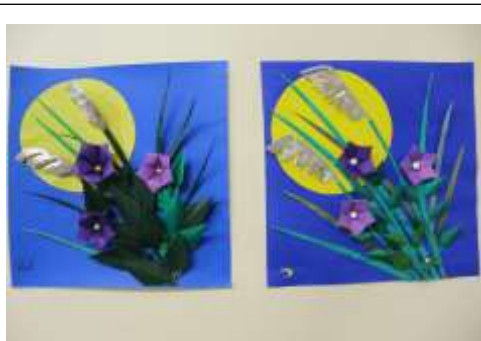
【8/31 デジタルカメラ講座】

風景や物の撮り方を習いました。写真撮影にチャレンジ・・・！！

★★★★《サークルのご案内》★★

折り紙サークルの作品です。

作品・センターに展示しています。



QRコードで講座・イベントが見れるようになりました。

俳句サークルの作品

名月や思い出語りおそくまで  
月高しビルの谷間を終電車  
掛軸に桔梗描きて今日の月

一甫 藤本 重美 内田 雅子

生徒さん募集！！

サークル活動に参加しませんか・・・



【サークルの紹介】◇みやっこ体操サークルは、9月より週2回（水曜日・土曜日）の活動となりました。土曜日の開始時間の変更をお知らせします。

毎週土曜日 午前11時15分～11時45分

※土曜日は、会場の関係で準備があります。10分前にお越しください。

都島区老人福祉センターを知っていますか！！

～市内在住の60歳以上の方が利用できる施設です。～

《住所》大阪市都島区中野町 4-2-24-108

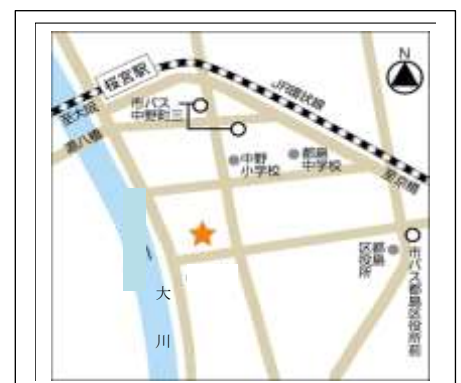
《電話番号》(06) 6354-0354

《開館時間》午前10時から午後5時

(休館日は、日・祝日・年末年始 12/29から 1/3)

《交通機関》市バス 都島区役所前で下車、西方向へ徒歩5分。

市バス 中野町3丁目で下車、南方向へ徒歩4分



# 10月行事予定表

		月	火	水	木	金	土			
		2	3	4	5	6	7			
大広間	午前	事業「いきいき百歳体操」	フラダンスB	クロリティ	音楽療法	カラオケB	いきいき百歳体操 みやっこ体操			
	午後	フォークダンス	3B体操	みやっこ体操 いきいき百歳体操	カラオケA・B	詩吟	社交ダンス			
集会室	午前	太極拳		フラダンスC		まいちゃんの墨彩画教室				
	午後	コーラス				まいちゃんの墨彩画教室				
講習室	午前				講座「手話講習会」		折り紙			
	午後			オカリナ		老ク広報部会				
その他										
		9	10	11	12	13	14			
大広間	午前	休館日 体育の日	フラダンスA	煎茶道	カラオケA		気功体操A			
	午後		俳句	みやっこ体操 いきいき百歳体操	民踊	詩吟	民謡			
集会室	午前			書道	はがき絵		いきいき百歳体操 みやっこ体操			
	午後				気功体操B					
講習室	午前									
	午後			老ク役員会			着付け			
その他							ボランティア			
			16	17	18	19	20	21		
大広間	午前	事業「いきいき百歳体操」	フラダンスB	フラダンスC		カラオケB	クロリティ			
	午後	フォークダンス	3B体操	みやっこ体操 いきいき百歳体操	民踊		社交ダンス			
集会室	午前	太極拳				まいちゃんの墨彩画教室	いきいき百歳体操 みやっこ体操			
	午後	コーラス			音楽療法	まいちゃんの墨彩画教室				
講習室	午前									
	午後			オカリナ	講座 「東洋医学(漢方)と健康」					
その他			事業「秋季卓球大会」	老人クラブ「カラオケ大会」						
		23	24	25	26	27	28			
大広間	午前	太極拳	フラダンスA	煎茶道	カラオケA		気功体操A			
	午後	フォークダンス		みやっこ体操 いきいき百歳体操	民踊	詩吟	民謡			
集会室	午前	事業「いきいき百歳体操」		書道			いきいき百歳体操 みやっこ体操			
	午後				気功体操B					
講習室	午前				手話サークル					
	午後			サークル連絡会		着付け				
その他		ボランティア	おでかけプラン「昆布御殿の工場見学ツアー」				消防訓練 ハロウィンパーティ			
		30	31	毎日活動						
大広間	午前	太極拳								
	午後	事業「結核定期健康診断」								★卓球同好会(終日)
集会室	午前	事業「いきいき百歳体操」								
	午後									★囲碁同好会(午後)
講習室	午前									
	午後					★将棋同好会(午後)				
その他			事業「よぐばり三球！秋の味覚体験ツアー」							