

旭区老人福祉センター



たより

2018/1月号

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



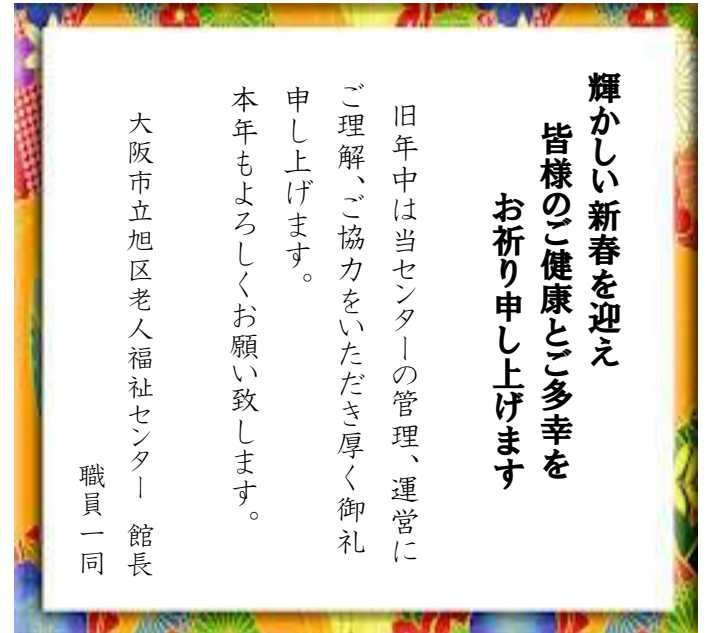
※当センター利用の際は、必ず利用証の提示をお願いします。お持ちでない方は、ご本人様の確認できる書類を持って事務室まで。

HAPPY NEW YEAR!

◆サークル連絡会を開催させていただきました◆

11月29日（水）午後1時30分より
旭区老人福祉センター【サークル連絡会】
を開催させていただきました。
当日は、38サークル43名の代表・役員
の方々にお集まりいただき、次年度の運営
についてご説明させていただきました。

今後とも旭区老人福祉センターの管理・
運営にご協力のほど、
よろしくお願いたします。



旭区老人福祉センター 文化祭



今月の作品



【俳句 もえ】

玉砂利を踏む音はづむ七五三

小豆澤正子

【城北川柳会】『虚しい』

(天) おーいお茶 妻の遺影へ独り言

坂本 星雨

【あさひ川柳友の会】『踏む』

ゴール踏むビリもニコニコ幼稚園

不動 澄江

★舞台発表★



2月 8 (木) 13時～16時
旭区民センター 小ホール



★作品展★



2月21日（水）10時～17時
2月22日（木）10時～15時
老人福祉センター 3階会議室



旭区老人福祉センターで活動しているサークルさんの
発表会です。皆さまお誘い合わせのうえ、お気をつけて
お越しください。申込みは不要です。

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!

ビタミンC・Kが豊富で、キャベツから発見されたビタミンU（キャベジン）は、
胃の粘膜を再生・強化してくれます。

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「本申込み」に来ていただく必要があります。

謹賀
新年

ヤクルトの
乳酸菌でうるおい美活!
～今よりさらに美しく～

女性限定

- *と き 1月31日(水)
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 千成ヤクルト販売(株)
- *対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- *定員 20名(先着順)
- *費用 無料
- *内容 ●講義 ●スキンケア実技
クレンジング・ウォッシング・化粧水・乳液
●メイク講習 ●メイク実技
- *申込み 1月5日(金)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。代理申し込み不可。



将棋教室



- ◆と き 1月23日・2月13日(ともに火曜日)
10時～12時(全2回)
- ◆ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- ◆講師 小田 仁作さん
(日本将棋連盟 将棋普及指導員)
- ◆対象 利用証をお持ちの方(将棋初級者以上の方)
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆費用 無料
- ◆内容 ●講義(30分)
●指し将棋(残りの時間)
- ◆申込み 12月21日(木)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。代理の申し込み不可。

2018国際親善女子

障がい者スポーツを知ろう!

車いすバスケットボール大阪大会観戦ツアー

- と き 2月16日(金)
午前8時30分旭区老人福祉センター集合出発
観戦後、12時ごろ解散予定
- ところ 大阪府中央体育館(港区田中3-1-40)
【地下鉄朝潮橋下車】
- 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 100円(保険代・集合写真代として)
※現地までの交通費は自己負担
- 内容 2018国際親善女子
車いすバスケットボール大阪大会(日本 VS イギリス)の観戦
- 申込み 1月9日(火)午前10時から**来館**にて受付
※申し込みはご本人に限ります。代理申し込み不可。



※講座受講希望者で『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。

一定の制限が有り、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～



11/8・22・29(水)

アッコ先生の旅行を楽しむ英会話教室

英会話にチャレンジ!
アッコ先生と体を使い
ながら楽しく学びまし
た。
Let's enjoy English!



12/8(金)

自然素材を使ったクラフト教室

世界にひとつ
だけの作品を
作りました。



11/14・28(火)

男性のための運動不足解消教室



健康な毎日過ごすためには適度な運動
が必要不可欠です。今回は男性限定でストレ
ッチヨガの講座を全2回で開催しました。

日帰りバスツアー 11/28(火)

UCC滋賀工場見学と近江八幡散策!



人気の日帰りバスツアー♥
今回も満員御礼でした。
赤や黄色の紅葉に彩られた滋賀
の美しい景色に感動しました。



11/17(金)

☆テラライト事業

はじめてのipad講座 (大宮北老人憩いの家)



11/30(木) アサヒビール吹田工場見学と中華ランチバイキング

ビールができるまでの工程を教え
ていただきました。
見学後は、【地上180M】の絶景
フロアで中華ランチバイキングを
いただきました。



11/21(火)

☆テラライト事業

はじめてのipad講座 (太子橋会館)



1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土	
	1 休館日	2 休館日 	3 休館日 	4 にこにこヨガ 	5 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部 詩吟倶楽部 民謡サークル	6 旭シニアサウンズ (い)合同 城北川柳会 卓球(梟の会) 城北川柳会	
7 休館日	8 休館日 	9 (老)カラオケ(大宮) おりがみ(おりづるの会)	10 百歳体操(水) (い)梅 トレーニング 卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ)	11 (い)菖蒲 元気ヨガ 健康太極拳 新舞踊(嵯峨の会) 書道(若桜)(ふじ) 銭太鼓(うさぎの会)	12 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法	13 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)	
14 休館日	15 百歳体操(月) なかよしヨガ ちんちん電車で ぶらっと巡り! (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ	16 (い)梅 (老)カラオケ(大宮) コーラス (むつみ・すみれ) 文化祭(舞台) 最終打ち合わせ	17 百歳体操(水)  卓球(梟の会) 民謡(しらかば会)	18 にこにこヨガ 健康太極拳 あさひ川柳友の会 低栄養にならないための 料理講習会(旭区民センター)	19 (い)萩 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部 詩吟倶楽部 民謡サークル	20 旭シニアサウンズ  卓球(梟の会)	
21 休館日	22 百歳体操(月) (老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) 俳句もえ ハワイアンフラ	23 (老)カラオケ(大宮) 将棋教室 おりがみ(おりづるの会)	24 百歳体操(水) トレーニング 卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ) (老)区老連大会	25 元気ヨガ 健康太極拳 新舞踊(嵯峨の会) 書道(若桜)(ふじ) 銭太鼓(うさぎの会)	26 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 	27 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)	
28 休館日	29 百歳体操(月) なかよしヨガ (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 	30 (老)カラオケ(大宮)	31 百歳体操(水) トレーニング 卓球(梟の会) ヤクルトの乳酸菌 でうるおい美活!	<p>① QRコードを読み取り、アドレスをタップする</p> <p>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> <p>スマホ・タブレットでイベント講座案内が見れます</p>			