

# 城東区老人福祉センターだより

2017年  
10月号



〒536-8510 大阪市城東区中央 3-5-45  
TEL: (06) 6932-0017 FAX: (06) 6934-8340  
《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

## 神戸フルーツフラワーパーク



### 日帰りバス旅行 雨天決行

《と き》10月11日(水) 午前9時~午後4時頃  
《集 合》午前9時 蒲生公園横集合出発 ※時間厳守  
《場 所》兵庫県方面

(神戸フルーツフラワーパーク園内散策・昼食・買い物、  
かねふくめんたいパーク神戸三田工場見学・買い物)

《参加費》4,130円(昼食代、保険代、バス代等)  
(食事の時の飲物代等は、自己負担)

《対 象》利用証をお持ちの方

《定 員》45名(応募多数抽選) ※当選者のみ通知

《申 込》9月19日(火)~9月26日(火)

までにご本人様が来館にて受付

※当選者の方は後日参加費をお支払ください  
おつりのないようお願いします



## 土佐凧作り



自分だけのオリジナルの凧を作ろう!

《と き》10月31日(火) 午後1時~3時

《場 所》城東区老人福祉センター多目的室

《講 師》谷 圭子さん

《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》300円(材料費)

《定 員》20名程度(先着)

《持 物》ものさし(長めのもの)・鉛筆  
手拭き(汚れてもいいもの)

※汚れても良い服装でお越しください

《申 込》10月10日(火) 午前10時より

参加費を添えてご本人様が来館にて受付  
※おつりのないようお願いします



上手に食べて、体を動かし

## 元気に長生き!



健康寿命を延ばすには、軽い運動や食事についての心がけが大切!  
加齢などによるロコモティブシンドロームの予防法などを学ぼう!

《と き》10月17日(火)

午前10時30分~11時30分

《場 所》城東区老人福祉センター大広間

《講 師》株式会社 明治 《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》無料 《定 員》40名程度(先着)

《申 込》9月26日(火) 午前10時より

ご本人様が来館にて受付



## 写経講座



無心になれる写経! ぜひ体験してみませんか?

《と き》11月1日(水)・8日(水)

午後1時30分~3時 <全2回>

《場 所》城東区老人福祉センター多目的室

《講 師》橋本 綾雪さん

《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》200円(材料費)

《定 員》20名(先着)

《申 込》10月11日(水) 午前10時より

参加費を添えてご本人様が来館にて受付  
※おつりのないようお願いします



~8月の事業報告~

★ご参加ありがとうございました★

①8月3日(木) 参加 20名

### 着付け教室

盆踊り大会に向けて練習  
しました。



②8月18日(金) 参加 202名

### ~異世代間交流事業~

### 盆踊り大会

たくさんのご参加  
ありがとうございました。



③8月29日(火)・30日(水)

### ふれあいシアター

平和について  
考えさせられました。



※普通救命講  
習会は、暴風  
警報のため中  
止。



# 10月行事予定表



部屋名	日		月		火		水		木		金		土																																						
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後																																					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																																					
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																																						
多目的室	休館日	13:00～健康オカリナ 15:30～元気体操		13:30～城東ヨガ	10:00～ペン字サークル	15:30～元気体操		13:00～絵画同好会		15:30～元気体操																																									
大広間		10:30～百歳体操 さくら		10:00～歌体操 サークル	13:00～民謡教室1 15:30～百歳体操コスモス	10:00～ペン字ダンス	13:30～3B体操		13:00～新舞踊同好会 15:30～百歳体操コスモス	10:30～百歳体操 さくら	13:00～社交ダンス		卓球																																						
講習室		★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設		13:00～俳句 もくれん会	10:00～手芸同好会							★フリースペース パソコン常設																																					
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21																																				
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																																						
多目的室	休館日			13:00～水墨画教室	10:00～絵手紙教室	15:30～元気体操		10:00～フォーク会議	15:30～元気体操		13:00～フォーク会議	15:30～元気体操		13:00～おもちゃ病院																																					
大広間				13:00～民謡教室2 15:30～百歳体操コスモス				13:30～歌おう会 15:30～百歳体操コスモス	10:30～百歳体操 さくら	13:00～民謡教室		卓球																																							
講習室		★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設					10:00～ペン字研究会					★フリースペース パソコン常設																																					
		15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28																																				
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																																						
多目的室	休館日	15:30～元気体操		13:30～城東ヨガ	10:00～俳句教室 はなみずき	13:00～元気体操		13:00～絵画同好会		15:30～元気体操																																									
大広間		10:30～百歳体操 さくら	13:00～カラオケ	元気に長生き 13:00～民謡教室1 15:30～百歳体操コスモス	10:00～フォークダンス	13:30～3B体操		15:30～百歳体操コスモス	10:30～百歳体操 さくら	13:00～社交ダンス		卓球																																							
講習室		★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設		10:00～ペン字サークル	13:30～大人のぬり絵教室	10:00～手芸同好会						★フリースペース パソコン常設																																					
		22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<div data-bbox="699 1456 992 1742" data-label="Complex-Block"> <p><b>歩く会</b> 行先: 韮公園 ばら園 日程: 10月18日(水) 集合場所: 城東区役所 庁舎北側広場 集合時間: 10時 (時間厳守)</p>  </div>																																							
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋					囲碁・将棋																																			
多目的室	13:00～健康オカリナ 15:30～元気体操		13:00～水墨画教室		15:30～元気体操		10:00～フォーク会議	15:30～元気体操		13:00～絵画同好会	15:30～元気体操																																								
大広間	10:30～百歳体操 さくら		13:00～民謡教室2 15:30～百歳体操コスモス		お誕生会		13:00～新舞踊同好会 15:30～百歳体操コスモス	10:30～百歳体操 さくら	13:00～民謡教室		卓球																																								
講習室	★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設		控室			10:00～ペン字研究会					★フリースペース パソコン常設																																						
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																																						
多目的室	休館日	15:30～元気体操		13:00～民謡教室2 15:30～百歳体操コスモス				10:00～ペン字研究会																																											
大広間		10:30～百歳体操 さくら	13:00～カラオケ	15:30～百歳体操コスモス																																															
講習室		★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設										★フリースペース パソコン常設																																					
		29	30	31	<div data-bbox="997 1456 1497 1742" data-label="Complex-Block"> <p>城東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。当センターをご利用の際は、<b>利用証のご提示をお願いいたします。</b>初めてのの方は、ご本人様確認書類(保険証、免許証等)、生年月日記載されているものを持参の上、窓口までお越しください。</p>  </div>																																														
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋						囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																																		
多目的室	15:30～元気体操		土佐風作り	<div data-bbox="95 1747 287 1993" data-label="Complex-Block"> <p>★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。ご希望の方は事前に事務局までお願いします。</p>  </div>					<div data-bbox="295 1747 494 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>クラウンドゴルフ練習日</b> 10月12日(木) ※今月は1回のみ 時間: 午前9時集合 場所: 蒲生公園 グラウンド</p>  </div>				<div data-bbox="502 1747 989 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>お誕生会</b> 見学は 申込不要 ＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇10月25日(水) 午後1:30～ ●10月生まれの方 申込期間: 10月2日(月)～10月21日(土) 友情出演の方は先着10名(組)とさせていただきます。</p>  </div>				<div data-bbox="997 1747 1497 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>ふらっとカフェ</b> 《毎月第4木曜日》 ※ふらっとカフェとは…誰もがなるかもしれない認知症について気軽に話せるコミュニティの場です。 10月26日(木) 午後1時～3時 《費用》100円(お菓子と飲み物) 《対象》認知症の方とその家族はもちろん、どなたでもOK! ♪♪気軽にふらっとお越しください♪♪</p>  </div>																																		
大広間	10:30～百歳体操 さくら	13:00～カラオケ	15:30～百歳体操コスモス																		<div data-bbox="95 1747 287 1993" data-label="Complex-Block"> <p>★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。ご希望の方は事前に事務局までお願いします。</p>  </div>				<div data-bbox="295 1747 494 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>クラウンドゴルフ練習日</b> 10月12日(木) ※今月は1回のみ 時間: 午前9時集合 場所: 蒲生公園 グラウンド</p>  </div>				<div data-bbox="502 1747 989 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>お誕生会</b> 見学は 申込不要 ＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇10月25日(水) 午後1:30～ ●10月生まれの方 申込期間: 10月2日(月)～10月21日(土) 友情出演の方は先着10名(組)とさせていただきます。</p>  </div>				<div data-bbox="997 1747 1497 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>ふらっとカフェ</b> 《毎月第4木曜日》 ※ふらっとカフェとは…誰もがなるかもしれない認知症について気軽に話せるコミュニティの場です。 10月26日(木) 午後1時～3時 《費用》100円(お菓子と飲み物) 《対象》認知症の方とその家族はもちろん、どなたでもOK! ♪♪気軽にふらっとお越しください♪♪</p>  </div>																		
講習室	★フリースペース パソコン常設		★フリースペース パソコン常設					<div data-bbox="95 1747 287 1993" data-label="Complex-Block"> <p>★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。ご希望の方は事前に事務局までお願いします。</p>  </div>																													<div data-bbox="295 1747 494 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>クラウンドゴルフ練習日</b> 10月12日(木) ※今月は1回のみ 時間: 午前9時集合 場所: 蒲生公園 グラウンド</p>  </div>				<div data-bbox="502 1747 989 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>お誕生会</b> 見学は 申込不要 ＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇10月25日(水) 午後1:30～ ●10月生まれの方 申込期間: 10月2日(月)～10月21日(土) 友情出演の方は先着10名(組)とさせていただきます。</p>  </div>				<div data-bbox="997 1747 1497 1993" data-label="Complex-Block"> <p><b>ふらっとカフェ</b> 《毎月第4木曜日》 ※ふらっとカフェとは…誰もがなるかもしれない認知症について気軽に話せるコミュニティの場です。 10月26日(木) 午後1時～3時 《費用》100円(お菓子と飲み物) 《対象》認知症の方とその家族はもちろん、どなたでもOK! ♪♪気軽にふらっとお越しください♪♪</p>  </div>						
	29	30	31																																														<div data-bbox="95 1747 287 1993" data-label="Complex-Block"> <p>★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。ご希望の方は事前に事務局までお願いします。</p>  </div>		