

城東区老人福祉センターだより

2018年
1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



あけましておめでとうございます。昨年、ご支援ご協力いただきありがとうございました。皆様にとって、新しい年が幸多き年になりますよう心よりお祈り申し上げます。本年もよろしく願いいたします。

職員一同

骨盤体操

～骨盤ケアで健康でキレイな身体に！～

- 〈と き〉1月23日(火)
午前10時30分～12時 
- 〈場 所〉城東区老人福祉センター大広間
- 〈講 師〉中村 大輔さん
(大阪市生涯学習インストラクター)
- 〈対 象〉利用証をお持ちの方
- 〈費 用〉無料 〈定 員〉30名程度(先着)
- 〈持 物〉バスタオル
※動きやすい服装でお越しください
- 〈申 込〉1月9日(火) 午前10時より
ご本人様が来館にて受付

♪車内でお弁当を食べながら新年会気分♪ チンチン電車でぶらっと巡り！ ～貸切電車で優雅なひとときを～

〈と き〉1月15日(月) <雨天決行>
12時～14時30分頃

- 〈集 合〉午前11時 城東区役所1階エレベーター前
- 〈行 先〉阪堺電車「恵美須町」 
- 〈対 象〉利用証をお持ちの方
- 〈費 用〉2,500円(昼食代・保険代・貸切電車代の一部)
- 〈定 員〉30名(先着) ※交通費等は自己負担
- 〈申 込〉12月21日(木) 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

★コース★

恵美須町⇒浜寺駅前⇒我孫子道⇒天王寺(解散)
※浜寺駅前・我孫子道でトイレ休憩をとります。

～11月の事業報告～



★ご参加ありがとうございました★



①11月1日・8日(水)
参加 27名
写経講座
1月から(第2水曜日)
サークルになりました。



②11月14日(火) 参加 26名
～サテライト事業～
地域講座

関目第二福祉会館で
消費者センターの地域講座を行いました。



③11月17日(金) 参加 26名
コリアンタウンへいこう！

キムチ作り体験や
ブルコギ定食を食べました。



塩麴を使った料理を作ろう！

料理教室



- 〈と き〉1月30日(火)
午前10時～午後1時頃 区役所2階
- 〈場 所〉城東区保健福祉センター調理室
- 〈講 師〉城東区保健福祉センター
管理栄養士 前川 弘子さん
- 〈対 象〉利用証をお持ちの方
- 〈費 用〉500円(材料費) 
- 〈定 員〉24名(先着)
- 〈持 物〉エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具
- 〈申 込〉1月10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



1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					
多目的室	休館日		休館日		休館日				15:30～ 元気体操							
大広間									15:30～ 百歳体操 コスモス		10:30～ 百歳体操 さくら		卓球			
講習室													★フリースペース パソコン常設			
	7		8		9		10		11		12		13			
多目的室	休館日		休館日		13:00～ 水墨画教室		13:30～ 写経講座 15:30～ 元気体操				10:00～ フォーク 会議		15:30～ 元気体操			
大広間					10:00～ 歌体操 サークル		13:00～ 民謡教室2 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ フォーク ダンス		15:30～ 百歳体操 コスモス		10:30～ 百歳体操 さくら			
講習室			千々子電車であ らっと走り!		★フリースペース パソコン常設		10:00～ ペン字 サークル		10:00～ 手芸同好会		10:00～ ペン字 研究会		★フリースペース パソコン常設			
	14		15		16		17		18		19		20			
多目的室	休館日		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～ 俳句教室 はなみずき		13:00～ 城東俳句会 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～ カラオケ		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		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	
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	
	21		22		23		24		25		26		27			
多目的室	休館日		休館日		15:30～ 元気体操		13:00～ 水墨画教室		15:30～ 元気体操		ふらっとカフェ 		10:00～ フォーク 会議		15:30～ 元気体操	
大広間			10:30～ 百歳体操 さくら		骨盤体操 		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	
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	
	28		29		30		31									
多目的室	休館日		休館日		13:00～ 健康オカリナ 15:30～ 元気体操		料理教室		13:30～ 城東ヨガ		15:30～ 元気体操					
大広間			10:30～ 百歳体操 さくら		13:00～ カラオケ		13:00～ 民謡教室1 15:30～ 百歳体操コスモス		13:30～ 3B体操							
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		卓球大会 							

歩く会

行先: 石切神社
日程: 1月17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※

お誕生会

見学は
申込不要

＜毎月第4水曜日・大広間＞
1月24日(水) 午後1:30～
●1月生まれの方
申込期間: 1月4日(木)～1月20日(土)
友情出演の方は先着10名(組)とさせていただきます。

★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
所までお願いします。

ふらっとカフェ

《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。

1月25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♪♪

事前申し込み不要

グラウンドゴルフ

練習日
1月9日(火)
※今月は1回のみ

時間: 午前9時集合
場所: 齋生公園
グラウンド

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、**利用証のご提示をお願いいたします。**
初めてのの方は、ご本人様確認書類(保険
証、免許証等)、生年月日が記載されている
ものを持参の上、窓口までお越しください。