東区老人福祉センターだより

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

知っていますか?

・エンディングノート~

エンディングノートについてのお話しを一度聞い

エンディングノートとは?書く必要があるの?





≪ Ł き》3月9日(金)午前10時~午後3時

≪場 所≫城東区民センター ホール(区役所2階)

≪申 込≫不要(直接ホールへお越しください)



★当センターのサークル・同好会のみなさんの素敵な作品が たくさん出展されます。

手芸体験コーナー (先着 100 名)・似顔絵コーナー (先着 20 名) もあります。みなさんお誘い合わせの上、ぜひお越しくださ い。たくさんのご来場お待ちしております!

みんなでうたおう

<と き>3月15日(木)午前10時~11時30分

<場 所>城東区老人福祉センター大広間

<講師>一ノ瀬美貴子

(ハーモニークラブ「ピアノ講師・生涯学習音楽指導員」)

<対 象>利用証をお持ちの方

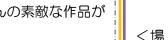
〈費 用〉無料 〈定 員〉50名程度(先着)↓

<申 込>2月22日(木)午前10時より ご本人様が来館にて受付



骨盤体操

りまたったと一緒にパワフルに!! 童謡・唱歌・懐かしい歌な どみんなで歌いませんか?歌いながらリズム体操や歌を使った 脳トレなどなど、もりだくさんの内容をおくります。ふるってご参 加ください!



午後 1 時 30 分~3 時 <場 所>城東区老人福祉センター多目的室

<講 師>大阪府金融広報委員会

金融広報アドバイザー 松尾 保美

<対 象>利用証をお持ちの方

<と き>3月19日(月)

てみませんか?

用>無料 〈定 員>20名(先着) く費

<申 込>2月26日(月)午前10時より ご本人様が来館にて受付



春の日帰りバスツアー



4月11日(水)和歌山県方面に行きます。 詳しくは、館内のポスター、たより4月号で お知らせします。お楽しみに~!!

~1 月の事業報告~



★ご参加ありがとうございました★



①1月15日(月)参加31名 チンチン電車でぶらっと巡り! 貸切り電車で、お弁当を食べたり景色 を見たり楽しみました。



②1月23日(火)参加24名

骨盤の歪みチェック、 ストレッチをしました。





③12月8日(金)参加22名

料理教室

塩麹を使った料理を作りました。

美味しく出来上がりました。







\all_														
	日]	1	<u>火</u>	フ	<u>K</u>	7	<u> </u>	3	È	<u></u>		
部屋名	午前 午後		午前 午後		午前 午後		午前 午後		午前午後		午前午後			
	城東区老人福祉センターをご利用いただきありがと							1		2		3		
娯楽室			・ターをご和			★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。		■ 囲	碁・ 将棋	● 囲	囲碁·将棋		■ 囲碁・将棋	
多目的室	ご本人様	確認書類(いたしま る 保険証、免記 のを持参の_	午証等)、生	年月日				13:00~ 絵画同好会	10:00〜 フォーク 会議	15:30~ 元気体操			
大広間	ください。								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 3	求	
講習室						II		10:00~ 手芸同好会		1	護予防ポイント	★フリースペース ・パンパー常設		
	4			6		7		8		% 9		10		
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		
多目的室	休		15:30~ 元気体操		13:30~ 城東ヨガ	10:00~ ペン字 サークル	13:30~ 写経講座 15:30~ 元気体操			作品展	15:30~ 元気体操			
大広間	休 館 日	10:30~ 百歳体操 さくら		10:00~ 歌体操 サークル	13:00~ 民踊教室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~ 民謡教室	卓	求	
講習室			-スペース ベー常設	★フリ ・バン	ースペース バー常設		13:00〜 俳句 もくれん会			10:00〜 ペン字 研 究会		★フリース ・パシバー		
	11	12		13		14		15		16		17		
娯楽室		通 囲	掛・将棋	入 田	碁· 将棋	■ 無	碁・ 将棋	■ 囲	▶・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		13:00~ 水墨画教室	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		13:00〜 おもちゃ病院	
大広間		10:30~ 百歳体操 さくら	13:00~ カラオケ		13:00~ 民踊教室2 15:30~ 百歳体操コスモス	10:00~ フォーク ダンス		歌声サロン	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	求	
講習室		★フリー : ・パシバー	スペース 一常設		ースペース バー常設	城東俳句会 打合せ		10:00~ 手芸同好会				★フリース・ ・パンパー%		
	18	19		20		21		22		23		24		
娯楽室		■ 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	•	エンティング 15:30~ 元気体操	/ →	13:30~ 城東ヨガ		木		ふらっとカフェ	10:00~ フォーク 会議	15:30~ 元気体操			
大広間	休 館 日	10:30〜 百歳体操 さくら			13:00~ 民踊教室1 15:30~ 百歳体操コスモス		馆 3		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	求	
講習室		★フリースペース ・パンパー常設		★フリースペース ・パンパー常設						10:00~ ペン字 研 究会		★フリースペース ・パンパー常設		
	25	26		27		28		29		30		31		
娯楽室		囲碁・将棋		囲碁·将棋		囲碁·将棋		■ 囲	▶・ 将棋	■ 囲	₿·将棋	展表·	将棋	
多目的室	休 館 日		13:00~ 健康オカリナ 15:30~ 元気体操		13:00~ 水墨画教室	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	13:00~ カラオケ		13:00~ 民踊教室2 15:30~ 百歳体操コスモス		お誕生会		15:30〜 百歳体操 コスモス	10:30〜 百歳体操 さくら		卓	求	
講習室			★フリースペース ・パンパー常設		★フリースペース ・パンパー常設		控 室					★フリースペー ・パンパー常設		
歩く会 行先: 鶴見緑地 日程: 3月20日(火) 集合場所: 区役所 庁帝間: 10時 ※時間厳守※		グラウンドゴルフ 練習日 3月7日(水) ※今月は1四のみ 時間:9時集合 場所:蒲生公園 グラウンド		お誕生会 「見学は 申込不要 <毎月第4水曜日・大広間> 3月28日 (水) 午後1:30 ●3月生まれの方 申込期間;3月1日(木)~3月24日(土)					3月22日(木) 午後1時~3時					

友情出演の方は先着10名(組)とさせていただきます。

《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♪♪

※時間厳守※

※今月は**水曜日**です