

2018年



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。

### 3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。

#### ロコモ対策講座～運動器障害を克服～

《とき》3月16日（金）

午後1時30分～2時30分

《講師》味の素株式会社 増田佳子さん

《対象》市内在住の60歳以上の方

《費用》無料 《定員》先着25名

《申込》ご来館・お電話にて受付中。

#### お誕生会～2月・3月生まれの方～

《とき》3月20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！！



#### おでかけプラン

#### 「～司馬遼太郎の世界～司馬遼太郎記念館」

《とき》3月30日（金） 雨天決行

《集合》午後1時 JR環状線「桜ノ宮」駅東口改札前

《費用》430円（入館料・保険代）

※申込時にお支払いください。※交通費等は自己負担です。

※団体人数に達しない場合は、入館料500円となります。

その時は、当日差額分100円を頂きます。

《対象》市内在住の60歳以上の方

《定員》先着25名

《申込》2月15日（木）から、

ご本人がご来館にて受付。

#### ふれあいカフェ みやっこ

《とき》3月29日（木）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！！

## 4月の講座・イベントのご案内 ～受講生募集！～

### 似顔絵講座

《とき》4月11日（水） 午前10時30分～午後12時  
《講師》木野 竜子 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  
《費用》100円（教材費） ※申込時にお支払いください。  
《定員》先着25名  
《持物》筆記用具（えんぴつ・消しゴム）  
《申込》3月1日（木）から、ご来館にて受付。



### おでかけプラン

#### カップヌードルミュージアムへ行こう！

《とき》4月20日（金） 雨天決行  
《集合》午後12時20分 地下鉄谷町線「都島」駅 改札口前  
《費用》330円（体験料・保険代） ※交通費は自己負担です。  
※申込時にお支払いください。  
《対象》市内在住の60歳以上の方  
《定員》先着25名  
《申込》3月1日（木）から、ご来館にて受付。

★★★★★★《事業報告》ご参加ありがとうございました。★★★★★★

【1/18 市バス活用講座】市バスや地下鉄が、お得になる方法や市バスの時刻表等が携帯で見れ、便利に乗車できる方法など教えて頂きました。参加された方は、とても喜んでおられました。

【1/23 お誕生会】 都島桜宮保育園の園児さんが、お誕生会のお祝いボランティアに来てくれました。園児さんは歌や踊りを披露してくれました。また、参加者と園児さんとふれあい遊びをして、大喜び！一杯元気をもらいました。参加者もカラオケを披露！最後に、みんなで歌を唄って終わりました。

【1/25 スマホ体験教室】 スマホの使い方やメール・写真の撮り方など教えて頂きました。とても楽しく学ぶことが出来ました。

【都島区老人福祉センターまつり】

1/29～2/3 作品展、2/3 発表会、2/3 ふれあい喫茶がありました。活動の成果を発表しました。サークルのみなさん、お疲れ様でした。今年度は、みなさんの努力と工夫を感じ、とても良かったです。すごく感動！！楽しかった！！また、2月3日（発表会の日）は、節分の日だったので、職員が鬼になって豆をまきました。これもまた、楽しかったです。たくさん取れましたか・・・

【2/16 車いすバスケットボールご観覧】

国際親善女子車いすバスケットボール大阪大会があり、日本とイギリスの試合を見てきました。とても良かったです。大きな声を出して応援してきました。

★★★★★★★★★★★★★★《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

涌き水の朽杓新し梅香る

春浅し野良猫のボス駐車場

立春やさぐす星より飛行燈

池宮 禮子

藤本 重美

細野 芳子

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】

あなたもサークル活動に参加しませんか？

はじめは、サークル体験となります。事務所の方にお問い合わせください。



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



# 3月行事予定表

		月	火	水	木	金	土
		<b>毎日活動</b>			1	2	3
大広間	午前				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	★卓球同好会(終日)				詩 吟	社交ダンス
集会室	午前					まいちゃんの墨彩画教室A	
	午後	★囲碁同好会(午後)				まいちゃんの墨彩画教室B	
講習室	午前				手話サークル		折り紙
	午後	★将棋同好会(午後)					
その他							
		5	6	7	8	9	10
大広間	午前	事業「いきいき百歳体操」		クロリティ	カラオケA		気功体操A
	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	詩 吟	
集会室	午前	太極拳		フラダンスC	はがき絵		いきいき百歳体操 みやっこ体操
	午後	コーラス			気功体操B		
講習室	午前						
	午後			オカリナ		着付け	
その他						ボランティア	卓球交流会
		12	13	14	15	16	17
大広間	午前	事業「いきいき百歳体操」	フラダンスA	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	俳 句	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A	いきいき百歳体操 みやっこ体操
	午後					まいちゃんの墨彩画教室B	
講習室	午前				手話サークル		
	午後		老ク役員会	オカリナ			
その他						事業「ロコモ対策」	消防訓練
		19	20	21	22	23	24
大広間	午前	事業「いきいき百歳体操」		<b>休館日 (春分の日)</b>	カラオケA		気功体操A
	午後	フォークダンス	お誕生会		民 踊	詩 吟	
集会室	午前	太極拳			気功体操B		いきいき百歳体操 みやっこ体操
	午後	コーラス	3B体操				
講習室	午前						
	午後				着 付 け		
その他							
		26	27	28	29	30	31
大広間	午前	太極拳	フラダンスA	煎 茶 道	「ふれあいカフェ」	カラオケA	いきいき百歳体操 みやっこ体操
	午後			みやっこ体操 いきいき百歳体操	音楽療法	カラオケA	
集会室	午前	事業「いきいき百歳体操」		書 道			
	午後						
講習室	午前						
	午後			サークル連絡会			
その他		ボランティア				おでかけ「司馬遼太郎記念館行こう！」	