

旭区老人福祉センターだより 4月号

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。

利用証の年度更新をお願いします！

4月より新年度がスタートするにあたり、お持ちの利用証の年度更新が必要となります。4月2日（月）以降に、旭区老人福祉センター事務所窓口まで更新の手続きにお越しく下さい。住所・電話番号・緊急連絡先等に変更がある方は、更新の際に必ずお知らせください。

更新の手続きは、その場で直ぐにできます。

よろしく
お願ひします



30年度がスタート！

4月1日より新年度がスタートします。今年も皆さんと一緒に、明るく、楽しいセンターを作っていきたいと思いますので、引き続きよろしくお願ひ致します。



忘れ物が溜まっています！

最近忘れ物をされる方が多くなっています。事務所でお預かりしていますので、下の写真に心当たりのある方は、一度事務所まで見に来てください。4月末には処分させていただきます。



白色 ペンケース



薄桃色柄物 上履き



花柄タオル
ペットボトルホルダー



手袋 3点



ニット帽 2点
藤色マフラー



エコバック 2点
木の取っ手付きバック

今月の作品

【俳句 もえ】

観音堂へ坂にかかるや涅槃西風

大橋 悦子

【城北川柳会】『眩しい』

(天) 新米の白が眩しい朝ごはん

杉本 義昭

【あさひ川柳友の会】『春』

ちぢむ背も春になったら

伸びてくる

太田 長

旬の野菜を食べよう！



食物繊維が豊富！タンパク質、糖質、ビタミン、ミネラルをバランスよく含み、ビタミンB1が多く、季節の変わりめの体調維持・疲労回復にふさわしい食材です。

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「本申し込み」に来ていただく必要があります。

～60歳から始められるスポーツ～ ウエルネスダーツ体験教室

- とき 4月26日(木)
13時30分～14時30分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- 講師 特定非営利活動法人
日本ウエルネスダーツ協会
- 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 無料
- 内容 ウエルネスダーツの体験
- 申込み 4月6日(金)午前10時から
来館・電話にて受付
- 持ち物 筆記用具

※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

第42期【旭区いちょう学園】

- とき① 5/24(木)豊かな人生実現のために！ライフプランを考える
 - ② 5/31(木)家持病があっても加入できる医療保険って本当？
 - ③ 6/7(木)家族葬って何？細近の葬儀事情
 - ④ 6/14(木)アサヒビール吹田工場見学と中華ランチハイキング
 - ⑤ 6/21(木)閉講式
- 【全5回】13:30～15:00
- ※6/14(木)は館外で実施するため開催時間が異なります。
- ところ 旭区老人福祉センター 他
 - 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
(いちょう学園同窓会の方は除く)
 - 定員 40名(先着順)
 - 費用 1,400円
(6/14の社会見学における昼食代、保険代、写真代)
 - 申込み 5月7日(月)午前10時から**来館**にて受付
 - 持ち物 筆記用具

※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

サタデー講座

ザ・健康寿命！

～健康寿命を延ばすために食べるべき食事の工夫と衛生管理～

- とき 4月28日(土)
10時～12時
- ところ 旭区老人福祉センター3階 会議室
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定員 25名(先着順)
- 費用 無料
- 内容 健康寿命を延ばすために食べるべき食事の工夫
と衛生管理
- 申込み 4月3日(火)午前10時から
来館・電話にて受付
- 持ち物 筆記用具

※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

利用者さんの声から誕生した【サタデー講座】

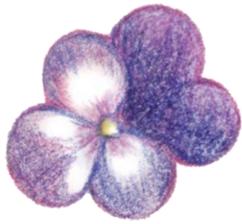
利用者さんから「平日はサークル活動や、習い事などでなかなか講座に参加することができないので、出来れば土曜日にも講座を開催してもらえませんか」とのお声をいただきました。

当センターで検討させていただいた結果、不定期ではありますが、土曜日に、**サタデー(土曜日)講座**を開催させていただくことになりました。

第1回目は、4月28日(土)に開催します。詳細は、左側のサタデー講座の欄及び、当センターに配架しているチラシをご覧ください。

※講習会受講希望者で、『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～



～29年度～ 文化祭 作品展



今年も素晴らしい作品が展示されました。

2/21(水)・22(木)

2018 国際親善女子

車いすバスケットボール大阪大会観戦ツアー



2/16(金)

朝日新聞 大阪工場 見学会



2/27(火)

造幣局大阪工場見学 & ランチバイキング



3/5(月)

【旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業】

城南宮しだれ梅と雛人形観賞



3/13(火)



4月の予定表

日	月	火	水	木	金	土	
1 休館日	2 百歳体操(月) (い)梅 なかよしヨガ (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ <small>水の都・大阪水上バス</small>	3 (い)梅 (老)カラオケ(大宮)	4 百歳体操(水) トレーニング	5 にこにこヨガ ひのぼる太極拳	6 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	7 城北川柳会 旭シニアサウンズ (い)合同	
		コーラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会) 民謡(しらかば会) (い)スミレ組	新舞踊(嵯峨の会) 書道(書友会)	詩吟倶楽部 民謡サークル	城北川柳会 卓球(梟の会)	
8 休館日	9 百歳体操(月) (老)カラオケ(古市) (い)菊	10 (い)百合 (老)カラオケ(大宮)	11 百歳体操(水) トレーニング	12 元気ヨガ ひのぼる太極拳	13 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会)	14 旭シニアサウンズ 	
		おりがみ(おりづるの会)	卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(桜(ふじ)) 銭太鼓(うさぎの会)	音楽療法	卓球(梟の会)	
15 休館日	16 百歳体操(月) なかよしヨガ 	17 (い)梅 (老)カラオケ(大宮)	18 百歳体操(水) トレーニング	19 (い)総会 にこにこヨガ ひのぼる太極拳 あさひ川柳友の会	20 (い)萩 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	21 旭シニアサウンズ	
		コーラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会) 民謡(しらかば会)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(書友会) (い)紫陽花	詩吟倶楽部 民謡	卓球(梟の会)	
22 休館日	23 百歳体操(月) (老)カラオケ(古市)	24 (い)百合 (老)カラオケ(大宮)	25 百歳体操(水) トレーニング 	26 元気ヨガ ひのぼる太極拳	27 (絵手紙(旭ポストカード会))	28 旭シニアサウンズ <small>サタデー講座 ザ・健康講座</small>	
		おりがみ(おりづるの会)	卓球(梟の会) 民謡(松葉会) 太極拳(あざみ)	新舞踊(嵯峨の会) 書道(桜(ふじ)) 銭太鼓(うさぎの会) <small>ウエルネスダーツ体験教室</small>	音楽療法	卓球(梟の会)	
29 休館日	30 休館日	<p>スマホ・タブレットでイベント・講座案内が見れます</p> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <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> </div> <p>※バックナンバーも御覧になれます。</p>					