

城東区老人福祉センターだより

2018年 4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

始めませんか ウエルネスダーツ

ウエルネスダーツとは？

性別や年齢に関係なく、様々な世代で楽しみやすく安全に運動ができるように開発されたダーツで、認知症予防や介護予防、健康増進にもつながる画期的なスポーツです。

- <と き> 4月6日(金) 午後1時～2時30分
- <場 所> 城東区老人福祉センター講習室
- <講 師> 上田 豊先生(日本ウエルネスダーツ協会)
- <対 象> 利用証をお持ちの方
- <費 用> 無料 <定 員> 20名程度(先着)
- <申 込> 3月20日(火) 午前10時より
ご本人様が来館にて受付



初心者も大歓迎！ 絵手紙講座



～自分だけの絵手紙を書いてみませんか～

- <と き> 4月16日(月) 午前10時～12時
- <場 所> 城東区老人福祉センター多目的室
- <講 師> 山内 教子先生・荻野 美佐子先生
- <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> 3月26日(月) 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



新年度！おでかけ企画第1弾！！ 春の日帰りバスツアー



- ≪と き≫ 4月11日(水) 午前8時30分～午後6時頃 雨天決行
- ≪集 合≫ 午前8時30分 蒲生公園横集合出発
- ≪場 所≫ 和歌山県方面
- ≪参加費≫ 5,000円(昼食代、参拝料、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≫ 80名(先着)
- ≪申 込≫ 3月19日(月) 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



出発⇒桃源郷(見学)⇒レストラン雲水(昼食)⇒道成寺(ご参拝・
絵解き説法)⇒黒潮市場(買い物)⇒到着 解散

会員募集中！！



笑いヨガ

☆サークルになりました☆
 簡単に楽しい体操で免疫力アップ！
 ストレス解消！しませんか

毎月第2・4火曜日(月2回)
 午前10時30分～12時
 <初回活動日：4月10日(火)>
 場所：大広間 会費：月1,000円

申込み、お問い合わせは事務所まで
 ※定員になり次第締め切り





4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				
	1	2		3		4		5		6		7					
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	休館日	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		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～ 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	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		ウエルネスダーツ		★フリースペース パソコン常設			
		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					
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		春の日帰り バスツアー		15:30～ 元気体操		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	13:00～ カラオケ		10:30～ 笑いヨガ 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		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～ 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				
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	休館日	絵手紙教室	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		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		10:30～ 笑いヨガ サークル		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	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		★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				
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	休館日	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		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	13:00～ カラオケ		10:30～ 笑いヨガ サークル		13:00～ 民謡教室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		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		★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			
		29	30		30		30		30		30		30				
娯楽室	休館日																
多目的室																	
大広間																	
講習室																	
	クラウンドゴルフ 練習日 4月11日(木) 4月25日(木) 時間:午前9時集合 場所:蒲生公園 グラウンド		★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。		お誕生会 見学は 申込不要 ＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇4月25日(水)午後1:30～ ●4月生まれの方 申込期間:4月2日(月)～4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。		歩く会 行先:のだぶし巡り 日程:4月23日(月) 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)		利用証の更新のお知らせ 4月1日より30年度の利用証の更新が始まり ます。来館時に更新の手続きをお願いします。 ※住所・電話番号・緊急連絡先など変更 がある方は必ず申し出て下さい。		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。 4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♪♪						