

城東区老人福祉センターだより

2019年

1月号



QRコード読み取り



〒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

食育講座

チーズを美味しく楽しむ会

★もっと知りたいチーズのこと★

★チーズで健康★ ★チーズを美味しく食べるコツ★

＜と き＞1月15日（火）午前10時30分～12時

＜場 所＞城東区老人福祉センター多目的室

＜講 師＞雪印メグミルク(株)

関西コミュニケーションセンター 食育担当

＜対 象＞利用証をお持ちの方

＜費 用＞500円（試食の材料に充当）

＜定 員＞20名程度（先着）

＜申 込＞12月20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

※乳製品のアレルギーのある方は、申込み時にお知らせください



謹賀新年

あけましておめでとうございます。昨年は、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。本年もよろしくお祈りいたします。

職員一同



料理教室



魚、乳製品を使ったメニューで骨を丈夫に！

＜と き＞1月31日（木）

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実習室

＜講 師＞城東区食生活改善推進員

＜対 象＞利用証をお持ちの方

＜費 用＞500円（材料費）

＜定 員＞24名（先着）

＜メニュー＞ごはん・魚ときのこのチーズホイール焼き
 れんこんとごぼうのミルクきんぴら・はんぺんスープ

＜持 物＞エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具

＜申 込＞1月10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



2019年

貸切い電車で新年会

～チンチン電車でお弁当を食べながらぶらっと巡り～

＜と き＞1月25日（金）＜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＞2,800円（昼食代・保険代・貸切電車代の一部に充当）

＜定 員＞30名（先着） ※交通費等は自己負担

＜申 込＞1月7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

※1月22日（火）以降のキャンセルは返金できませんのでご了承ください

★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。



～10月の事業報告～

★ご参加ありがとうございました★

①10月10日（水）参加30名

秋のおでかけ

美術館とプラネタリウム見学

プラネタリウムが

とても綺麗でした。



②10月15日（月）参加13名

結核健診とお話し

早期発見、早期治療が

大事です！



③10月30日（火）

参加21名

終活

終活について詳しく教えていただきました。





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		7		8	
多目的室	10:30~ 百歳体操 さくら		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		10:00~ 歌声サロン		10:00~ 新舞踊同好会 13:00~ 15:30~ 百歳体操コスモス		10:00~ ペン字 研究会		10:00~ けんこう体操 サークル	
大広間	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
講習室	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
9	10		11		12		13		14		15		16	
多目的室	10:30~ 百歳体操 さくら		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~ ウエルネス ダーツ	
大広間	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
講習室	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
17	18		19		20		21		22		23		24	
多目的室	10:30~ 百歳体操 さくら		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~ ウエルネス ダーツ	
大広間	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
講習室	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
25	26		27		28		29		30		31		1月	
多目的室	10:30~ 百歳体操 さくら		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~ ウエルネス ダーツ	
大広間	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	
講習室	★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設		★フリースペース パンバー常設	

歩く会
 行先：石切神社
 日程：1月10日(金)
 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23日(水) 午後1:30~
 ●1月生まれの方
 申込期間：1月4日(金)~1月19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・多目的室》
 ※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24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♪