

# 城東区老人福祉センターだより

2019年  
9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

## リニューアルオープン! ランチ付き! 大阪市立科学館★プラネタリウム★

《と き》9月11日(水) 午前11時~午後2時頃  
《集 合》午前10時 城東区役所1階エレベーター前  
《行 先》大阪市立科学館(プラネタリウム)  
《対 象》利用証をお持ちの方 《定 員》30名(先着)  
《費 用》1,410円(昼食代・保険代) ※交通費等は自己負担  
《申 込》8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

9月9日(月)以降のキャンセルは返金不可



~おなかスッキリ健康に!~

## 腸活

●腸内環境についてのお話と骨強度測定

《と き》9月19日(木)  
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》森永乳業(株)

《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》無料 《定 員》20名(先着)

《申 込》8月29日(木) 午前10時より  
ご本人様が来館にて受付



~5月の事業報告~

★ご参加ありがとうございました★

①5月8日(水) 参加19名

スマホ体験講座

~買う前に楽しくわかるiPhone教室~

隣の席の人と電話のかけ合いをし  
たりしました。



## 高齢者お祝い会

《と き》9月13日(金) 午後1時~4時  
《場 所》城東区民センター ホール(区役所2階)

サークルさんの色々な舞台発表があります♪



今年もくじ引き大会あります!

ぜひお越しください♪

②5月17日(金) 参加15名

押し花教室

素敵な作品が  
できあがりました。



④5月31日(金) 参加40名

第109回館長杯 囲碁・将棋大会

囲碁

【優勝】前田 俊雄さん

【準優勝】正野 敏弘さん

【3位】平井 義郎さん

【敢闘賞】藤井 宗範さん

将棋

【優勝】北山 満さん

【準優勝】石橋 恒雄さん

【3位】月本 眞行さん



おめでとうございます!



③5月29日(水) 参加32名

天王寺動物園へ行こう

あべのハルカスの屋上庭園を見学して、  
天王寺動物園に行きました。



# 9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					
娯楽室	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	10:00~健康太極拳	13:30~城東ヨガ	10:00~ペン字サークル	15:30~元気体操	13:00~絵画同好会	10:00~歌体操練習	15:30~元気体操	10:00~けんこう体操サークル	13:00~オカリナダック				
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	10:00~新舞踊同好会	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 メンバー常設		★フリースペース メンバー常設				13:00~俳句もくれん会	10:00~手芸同好会			13:00~ウエルネスダーツ	★フリースペース メンバー常設				
	8	9	10		11		12		13		14					
娯楽室	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	10:00~健康太極拳	13:00~水墨画教室	大塚市立科学館 アラスカワイルド		15:30~元気体操		10:00~フォーク会議	15:30~元気体操	10:00~けんこう体操サークル	13:00~オカリナダック			
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~歌声サロン	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 メンバー常設		★フリースペース メンバー常設								10:00~ペン字研究会	13:00~ウエルネスダーツ	★フリースペース メンバー常設			
	15	16	17		18		19		20		21					
娯楽室	囲碁・将棋															
多目的室	休館日		休館日		10:00~健康太極拳	13:30~城東ヨガ	10:00~俳句教室はなみずき	12:30~城東俳句会 15:30~元気体操	開活	13:00~絵画同好会	13:00~健康オカリナ 15:30~元気体操	10:00~けんこう体操サークル	13:00~おもちゃ病院			
大広間			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 メンバー常設		★フリースペース メンバー常設		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			13:00~ウエルネスダーツ	★フリースペース メンバー常設					
	22	23	24		25		26		27		28					
娯楽室	囲碁・将棋															
多目的室	休館日		休館日		10:00~健康太極拳	13:00~水墨画教室	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	10:00~けんこう体操サークル	13:00~オカリナダック			
大広間			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 メンバー常設		★フリースペース メンバー常設		控室				10:00~ペン字研究会	★フリースペース メンバー常設						
	29	30	城東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。当センターをご利用の際は、利用証のご提示をお願いいたします。初めての方は、ご本人様確認書類(保険証、免許証等)、生年月日が記載されているものを持参の上、窓口までお越しください。										<b>クラウンドゴルフ</b> 練習日 9月5日(木) 時間:9時集合 場所:蒲生公園 グラウンド ※今月は1回のみ		★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。	

**歩く会**  
 行先: 鶴見緑地  
 日程: 9月20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)  
 ※雨天中止

**お誕生会**  
 見学は 申込不要  
 <毎月第4水曜日・大広間>  
 ◇9月25日(水) 午後1:30~  
 ●9月生まれの方  
 申込期間: 9月2日(月)~9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。

**ふらっとカフェ**  
 《毎月第4水曜日・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。  
 9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♪