

城東区老人福祉センターだより

2019年
10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



はじめての らくらくスマートフォン教室

基本操作を学んで
電話やメール

インターネットなどを使ってみよう!



〈と き〉10月9日(水) 午後2時~3時
〈場 所〉城東区老人福祉センター大広間
〈講 師〉ドコモショップなんば御堂筋店
田淵 有紀さん
〈対 象〉利用証をお持ちの方
〈費 用〉無料 〈定 員〉30名(先着)
〈申 込〉9月24日(火) 午前10時より
ご本人様が来館にて受付

※らくらくスマートフォン教室で、
スマートフォンを1人1台ご用意します。

~6月の事業報告~

★ご参加ありがとうございました★

①6月7日(金) 参加46名

閑空の裏側探検バスツアー

通常立ち入ることのできない裏側を
見学しました。
買い物もできて、一日楽しめました。



②6月12日(水) 参加44名

免許校新高齢者講習予備校

免許更新時に行う高齢者講習について教え
ていただきました。
認知症予防体操がとても好評でした。



③6月20日(水) 参加25名

羅い舞座京橋劇場 大衆演劇

毎年恒例の大衆演劇を
見に行きました。
とても迫力のある舞台に
感動しました。



④6月25日(火) 参加26名

笑いヨガ

笑いヨガ体操で
ストレス解消!



秋の京都散策バスツアー

〈と き〉10月31日(木) 雨天決行

午前9時~午後4時頃

〈集 合〉午前9時 蒲生公園横集合出発

※時間厳守でお願いします

〈場 所〉京都府方面

〈参加費〉5,430円(昼食代、保険代、バス代等)

※食事の時の飲物代(ビール・お酒)は、自己負担

〈対 象〉利用証をお持ちの方 〈定 員〉47名(先着)

〈申 込〉10月9日(水) 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



10月28日(月)以降のキャンセルは返金不可

出発⇒蓮華王院三十三間堂(千手観音座像と千体千手観音立像
見学)⇒新・都ホテル(ランチバイキング)⇒京つけもの西利
(旬の京漬物試食と買い物)⇒おたべ本館(生八つ橋おたべの買
い物)⇒到着 解散

※10月から介護予防ヨガ体操が月1回はじめられます!

10月の介護予防ヨガ体操は...



10月30日(水) 午後1時30分~2時30分

参加費: 300円(当日支払) 場所: 老人センター大広間

申込み不要!どなたでも参加できます!





10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
	6		7		8		9		10		11		12	
娯楽室	歩く会		歩く会		歩く会		歩く会		歩く会		歩く会		歩く会	
多目的室	行先: 服部緑地 日程: 10月25日(金) 集合場所: 城東区役所 庁舎北側広場		10:00~健康太極拳		10:00~健康太極拳		10:00~ペン字サークル		10:00~ペン字サークル		10:00~ペン字サークル		10:00~けんこう体操サークル	
大広間	集合時間: 10時 (時間厳守) ※雨天中止		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		13:00~3B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	
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		★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		13:00~ウエルネスダーツ	
	13		14		15		16		17		18		19	
娯楽室	休館日		休館日		休館日		休館日		休館日		休館日		休館日	
多目的室	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		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		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		らくらくスポーツフォン教室		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	
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		★フリースペース パソコン常設		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 パソコン常設	
	20		21		22		23		24		25		26	
娯楽室	休館日		休館日		休館日		休館日		休館日		休館日		休館日	
多目的室	10:00~絵手紙サークル		13:00~健康オカリナ 15:30~元気体操		10:00~健康太極拳		10:00~俳句教室はなみずき		12:30~城東俳句会 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		13:00~カラオケ		10:30~笑いヨガサークル		13:00~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	
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		13:00~ウエルネスダーツ	
	27		28		29		30		31		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。お持ちでない方は、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。			
娯楽室	休館日		休館日		休館日		休館日		休館日		秋の宗部 飯塚バスツアー			
多目的室	15:30~元気体操		10:00~健康太極拳		10:00~健康太極拳		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	
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		★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	

クラウンゴルフ
練習日
10月17日(木)
10月31日(木)
時間: 午前9時集合
場所: 蒲生公園
グラウンド

お誕生会

見学は 申込不要
＜毎月第4水曜日・大広間＞
10月23日(水) 午後1:30~
●10月生まれの方
申込期間: 10月1日(火)~10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。
10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♪♪