

# 城東区老人福祉センターだより

2020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

## 大阪のおでかけスポット

### 通天閣へいこう



《と き》1月14日(火)  
《集 合》午前9時45分城東区役所1階エレベーター前  
《行 先》通天閣&新世界串カツバイキング(昼食)  
《対 象》利用証をお持ちの方 《定 員》28名(先着)  
《費 用》2,160円(展望台料・昼食代・保険代)

※交通費等は自己負担

《申 込》12月24日(火)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9日(木)以降のキャンセルは返金不可



## 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

アプリなどを使ってみよう!



《と き》①1月16日(木)

②1月30日(木)

どちらも午前10時~12時

※①、②どちらか選んでください。内容は同じです。

《場 所》城東区老人福祉センター多目的室

《講 師》ドコモショップ蒲生四丁目店

渡辺 貴志さん・宮崎 勇成さん

《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》無料 《定 員》各20名(先着)

《申 込》12月25日(水)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。



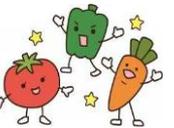
あけましておめでとうございます

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。本年もよろしくお願いたします。

職員一同

## 生活習慣病予防のための

### 料理教室



《と き》1月31日(金)

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》さばそぼろ丼、アボカドとひじきのサラダ  
ミルク入りみそ汁、スイートパンプキン

《持 物》エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具

《申 込》1月10日(金)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



~8月の事業報告~★ご参加ありがとうございました★

①8月16日(金)参加143名

### 盆踊り大会

子どもから大人まで  
楽しみました!



②8月22日(木)参加24名

### 風呂敷包み結び講座

風呂敷で鞆やティッシュケース  
などの結び方を  
教えていただきました。



1月の介護予防ヨガ体操は...

1月31日(金)午後1時30分~

参加費:300円(当日支払)

場所:老人センター大広間 持物:飲み物・タオル

申込み不要!どなたでも参加できます!



