

# 城東区老人福祉センターだより

2020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

毎日暑いが続いています。  
熱中症に気をつけながら、コロナ対策をしっかりとおこないましょう。  
引き続き、マスクの着用、手洗い消毒、室内の換気を徹底しておこなってください。  
来館時の記名、検温も引き続きおこないますので、ご協力よろしくお願いします。  
また体調がすぐれない時は来館を控え自宅で静養してください。  
体調管理をしっかりとおこない、元気に過ごしましょう！



## みんなが知らない…高齢者の肺炎 肺炎セミナー



～後悔しない・知っておきたい肺炎の真実～

肺炎の具体的なお話を実体験をもとにさせていただきます。

《とき》10月14日(水)

午前10時30分～11時30分

《場所》城東区老人福祉センター 多目的室

《講師》オリックス生命保険株式会社

《費用》無料 《定員》15名(先着)

《対象》利用証をお持ちの方

《受付》9月28日(月)午前10時より

ご本人様が来館にて受付



人気のスマートフォンで

## 初めてのオンライン体験講座

自宅でも楽しめるオンラインの使い方を体験します！

《とき》10月28日(水)午後1時30分～3時30分

《場所》城東区老人福祉センター 多目的室

《講師》ソフトバンクスマートフォンアドバイザー

《費用》無料 《定員》15名(先着)

《対象》利用証をお持ちの方

《受付》10月7日(水)午前10時より

ご本人様が来館にて受付



### 講座内容

- ① オンラインの概要知識
- ② ビデオ通話アプリの紹介
- ③ 人気アプリ Zoom体験の操作方法
- ④ 生活に役立つ活用(趣味、運動、健康、医療)
- ⑤ 必要な通信機材設備の紹介



## 手芸同好会による ミニ作品展！



素敵な作品がたくさん展示されていました!(^^)!

10月の介護予防ヨガ体操は…

10月30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





# 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	
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。 	<b>～ご利用時間の変更のお知らせ～</b> <b>【囲碁・将棋】</b> 午後12時30分～2時30分（1部） 午後2時30分～4時30分（2部） ※1部・2部で分けていますのでそれぞれの時間内でのご利用をお願いします。								1		2		3		
囲碁・将棋 囲碁・将棋 囲碁・将棋									13:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋		10:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 囲碁・将棋		10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋		
多目的室 大広間 講習室									13:00～ 新舞踊同好会 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 社交ダンス		10:00～ けんこう体操サークル 13:00～ 卓球		
10:00～ 百歳体操 さくら									10:00～ 手芸同好会1		13:00～ 手芸同好会2		13:00～ ウエルネスダーツ		
★フリースペース パンパー常設													★フリースペース パンパー常設		
	4	5	6	7	8	9	10								
囲碁・将棋 囲碁・将棋 囲碁・将棋	囲碁・将棋 15:30～ 元気体操	10:00～ 健康太極拳 13:30～ 城東ヨガ	10:00～ 民謡教室1A 13:00～ 民謡教室1B 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ ペン字サークル 15:30～ 元気体操	10:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 元気体操	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 元気体操 13:30～ 3B体操	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 百歳体操 コスモス	10:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 元気体操	10:00～ けんこう体操サークル 13:00～ オマケダック	10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 民謡教室	卓球	10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 民謡教室	卓球	★フリースペース パンパー常設	
★フリースペース パンパー常設													★フリースペース パンパー常設		
	11	12	13	14	15	16	17								
囲碁・将棋 囲碁・将棋 囲碁・将棋	囲碁・将棋 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	10:00～ 民謡教室2火 15:30～ 百歳体操コスモス	肺炎セミナー 15:30～ 元気体操	10:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 元気体操	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 百歳体操 コスモス	10:00～ フォーク会議 15:30～ 元気体操	10:00～ 新舞踊同好会 15:30～ 百歳体操コスモス	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～ オマケダック	10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 社交ダンス	卓球	10:00～ けんこう体操サークル 13:00～ おもちや病院	★フリースペース パンパー常設	
★フリースペース パンパー常設													★フリースペース パンパー常設		
	18	19	20	21	22	23	24								
囲碁・将棋 囲碁・将棋 囲碁・将棋	10:00～ 絵手紙サークル 15:30～ 元気体操	10:00～ 健康太極拳 13:30～ 城東ヨガ	10:00～ 民謡教室1A 13:00～ 民謡教室1B 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ ペン字サークル 13:00～ 城東俳句会 15:30～ 元気体操	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 城東俳句会 15:30～ 元気体操	10:00～ 民謡教室1A 13:00～ 民謡教室1B 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ 民謡教室2火 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～ 大人のみり絵教室 13:00～ 大人のぬり絵教室	10:00～ ろらっとカフェ 15:30～ 元気体操	10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 民謡教室	卓球	10:00～ けんこう体操サークル 13:00～ オマケダック	★フリースペース パンパー常設	
★フリースペース パンパー常設													★フリースペース パンパー常設		
	25	26	27	28	29	30	31								
囲碁・将棋 囲碁・将棋 囲碁・将棋	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	10:00～ 民謡教室2火 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ 民謡教室2水 13:00～ 民謡教室2火 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ 民謡教室2水 13:00～ 民謡教室2火 15:30～ 百歳体操コスモス	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 百歳体操 コスモス	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 百歳体操 コスモス	10:00～ 囲碁・将棋 13:00～ 囲碁・将棋 15:30～ 百歳体操 コスモス	10:00～ 絵画同好会 13:00～ 囲碁・将棋	10:00～ フォーク会議 15:30～ 元気体操	10:00～ 百歳体操 さくら 13:00～ 介護予防ヨガ体操	卓球	10:00～ けんこう体操サークル	★フリースペース パンパー常設	
★フリースペース パンパー常設													★フリースペース パンパー常設		
★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。 	<b>カラオケ同好会休止のお知らせ</b> カラオケ同好会の活動再開ができる目処が立たないため、カラオケ同好会を一度休止とし、再開できる状況になりましたら、新たに会員募集をして活動をしていきたいと思います。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解いただけますようお願いいたします。				<b>お誕生会</b>  ※当面の間、中止です				<b>歩く会</b>  ※10月は中止です						
				カラオケ同好会 役員一同				<b>らっとカフェ</b>  ※当面の間、中止です							