

旭区老人福祉 センターだより

8月号



旭区森小路 2-5-29 ☎06-6955-1377



asahiroufuku@aurora.ocn.ne.jp

《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

※当センター利用の際は、必ず利用証の提示をお願いします。お持ちでない方は、ご本人様の確認できる書類を持って事務室まで。

『令和3年7月12日からサークル活動等の再開について』

大阪市などに対する「まん延防止等重点措置」が8月22日まで継続延長されることになりましたが、今回の延長にあたっては、各種感染防止対策が十分にとれる活動より再開することが可能となりました。センターを利用する際は、ワクチン接種がお済みの方でもマスクを着用してください。

また、暑い日が続いておりますので、こまめな水分補給や適度な休憩をとり、熱中症にご注意ください。



7月12日(月)から当センターのご利用は、次のとおりとなります。

再開可能なもの…各種サークル活動

囲碁・将棋

いちょう学園等の活動

※音楽療法・コーラスについては今回再開できません



日頃より旭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。

暑い日が続いておりますが、熱中症などにかからないようエアコンや扇風機を上手に利用し、こまめに水分補給をしましょう。



センター内で気分が悪くなった時などは、無理せず、ご遠慮なく職員までお知らせください。

皆さん元気で、この暑い夏を乗り切りましょう。



塩分補給 水分補給 十分休養
熱中症知らずの3原則



利用証の更新について

現在、新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から利用証の受け渡しは中止させていただいておりますが、令和3年度の【利用証の更新手続き】をされていない方は、早急に事務所にて更新の手続きをしてください。

**住所・電話番号・緊急連絡先などに
変更がある方は、更新手続きの際に
必ずお知らせください。**



他区の老人福祉センターの利用証をお持ちの方は、利用証を作られた区の老人福祉センターにて更新手続きを行ってください。

今月の作品

【俳句 もえ】

的 躰の十の四葩や一つ青

辻本 義一

【城北川柳会】『隣』

(天) 生と死を隣り合わせにするコロナ

北村 賢子

【あさひ川柳友の会】『近詠』

コロナ禍にあって翔平トッポ記事

田中 健朗

講座・イベント案内

申し込みはご本人様に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

講座・イベントの申込方法・時間について…

来館…午前9時45分～午後5時まで受付 **電話**…午前9時45分～午後5時まで受付

※ただし、電話受付の場合は、「仮受付」となり、後日センター窓口まで「本申し込み」に来ていただく必要があります。

また、申し込み開始日の午前9時45分に来館されている方が「最優先」となります。

リズムと歌で楽しい健康体操

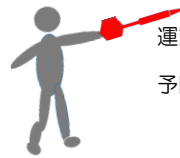
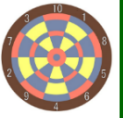
- と き 8月24日(火)・31日(火)【2回連続】
13時30分～15時
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 多目的室
- 講師 乗友 美智子 さん
(大阪市生涯学習インストラクターバンク登録講師)
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定員 20名(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 *音楽のリズムや歌を用いた
リラックス健康体操
- 持ち物 上履き・水分補給のためのドリンク
- 申込み 8月5日(木)午前9時45分から
来館・**電話**にて



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

ウエルネスダーツ体験教室

- と き 8月27日(金) 13時30分～15時
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- 講師 特定非営利活動法人 日本ウエルネスダーツ協会
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方) 2
- 定員 20名(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 *ウエルネスダーツの体験
ウエルネスダーツとは、様々な世代で楽しみやすく安全に運動ができるように開発されたもので、認知症予防や介護予防・健康増進にもつながる画期的なスポーツゲームです。
- 申込み 8月6日(金)午前9時45分から
来館・**電話**にて



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

健康教育講座&結核定期健康診断

- と き 9月6日(月) 13時30分～16時
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室 他
- 講師 大阪市保健所 感染症対策課 保健師
- 対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定員 30名(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 ・健康教育講座
・結核定期健康診断
- 申込み 8月6日(金)午前9時45分から
来館・**電話**にて



※申し込みはご本人に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

第1弾! まち歩き企画

歴史のまち平野郷を歩く

9月29日(水)
午前10時～午後3時
大阪市平野区(平野郷周辺)約5km

HAPPY BIRTHDAY

7・8・9月お誕生日会

9月28日(火)
13時30分～

出演サークル
随時募集中!

※講習会受講希望者で、『送迎サービス』や『郵送・電話・メールでの受講案内』を行っております。一定の制限が有り、事前の申し込みが必要ですので、

【旭区老人福祉センター】までお問い合わせください。



事業報告



6月 30 日(水) ボランティア研修 『花しょうぶの株分け体験』



鶴見緑地公園事務所のご協力をいただき、花しょうぶの株分け体験を行いました。各自持ち帰り、家で育てて来年しょうぶの花が咲くのが楽しみです♪

7月 2 日(金) 熱中症講座 ～命を守る“水”～

(株)明治 関西支社コミュニケーション課 食育担当の方にご協力をいただき、体の水分の割合、危険な水分不足や状況、熱中症になりやすい環境と予防について学びました。



7月 14 日(水) ボランティア活動 『歴史の町ひらのの』まち歩き



今回、イベントの企画段階からボランティアの方々にご協力していただき、下見を兼ねて歴史ある平野郷の町並みを楽しく歩き学びました。午前中は暑く、午後からは、雷と豪雨で全身ずぶ濡れになりましたが、思い出深い一日となりました。

7月 17 日(土) 続・『ウクレレ教室』

久しぶりのウクレレ教室でした。
今までの復習を中心にみんなで音合わせ♪(^^♪



※(い)…いちよう学園同窓会
(老)…老人クラブ

8月の予定表

2021年7月24日現在の予定

旭区老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 百歳体操 なかよしヨガ	3 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	4 百歳体操 トレーニング	5 百歳体操 にこにこヨガ	6 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	7(い)役員会 旭シニアサウンズ 城北川柳会
	(老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ	ヨークラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会)	新舞踊(はるの会) 書道(書友会) 旭ウエルネスダーツの会	詩吟倶楽部 民踊サークル ボランティア(研修)	卓球(梟の会) 城北川柳会 ウクレレ教室
8 休館日	9 休館日	10 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	11 百歳体操 トレーニング	12 百歳体操	13 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会)	14 旭シニアサウンズ
		おりがみ(おひるの会)	卓球(梟の会) (い)いちよう	新舞踊(はるの会) 旭ウエルネスダーツの会	旭将棋教室 音楽療法	卓球(梟の会)
15 休館日	16 百歳体操 なかよしヨガ	17 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	18 百歳体操	19 百歳体操 にこにこヨガ あさひ川柳友の会	20 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	21 旭シニアサウンズ
	(老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ	ヨークラス (むつみ・すみれ) (い)紫陽花	卓球(梟の会)	新舞踊(はるの会) 書道(書友会) 旭ウエルネスダーツの会	詩吟倶楽部 民踊サークル	卓球(梟の会) ウクレレ教室
22 休館日	23 百歳体操 (老)カラオケ(古市)	24 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	25 百歳体操 トレーニング	26 百歳体操	27 絵手紙(旭ポストカード会)	28 旭シニアサウンズ
	(老)カラオケ(中宮) 俳句もえ	おりがみ(おひるの会) リズムと歌で 楽しい健康体操	卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	新舞踊(はるの会) 旭ウエルネスダーツの会	旭将棋教室 音楽療法 ? ウエルネス ダーツ体験教室	卓球(梟の会)
29 休館日	30 百歳体操	31 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	スマホ・タブレットで イベント・講座案内が見れます 			
	(老)カラオケ(中宮)	リズムと歌で 楽しい健康体操				
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> ① QRコードを読み取り、アドレスをタップする ② 希望の講座をタップし、チラシをダウンロードする </div>						

※まん延防止等重点措置が発令中(8/22まで)。現時点(7/24)でのサークル活動の予定を掲載しておりますが、今後の新型コロナウイルス感染症感染拡大状況によっては、急遽、自粛や中止していただく可能性もございますので、予めご了承ください。