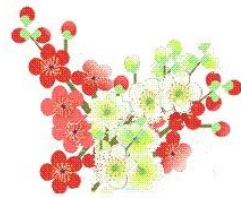


# 旭区老人福祉 センターだより

## 2月号



旭区森小路 2-5-29 ☎06-6955-1377



[asahiroufuku@aurora.ocn.ne.jp](mailto: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。

## 旭区老人福祉センター文化祭について

今年度の文化祭につきましては下記の日程で【作品展】を開催します。

なお、【舞台発表】につきましては、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から中止とさせていただきます。

2022年 2月 3日(木)・4日(金)  
午前11時～午後4時

旭区老人福祉センター 3階会議室にて開催します！

皆様お誘い合わせのうえ、当日はお気をつけてお越しください。

当センター利用の際は、検温・手指消毒・マスクの着用をお願いします！

※1月25日以降、大阪府にまん延防止等重点措置が発令される見込みです。センター利用に制限等がある場合は、館内及びセンター掲示板に掲示いたします。サークル活動等は、各代表者の方、講師の先生へ連絡を行います。

### まち歩き企画第2弾！ ～大阪の下町を歩く～

- ◆とき 3月4日(金)9時30分～15時  
9時30分当センター集合出発
- ◇ところ 大阪市内 大正区・西区周辺
- ◆対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- ◇定員 15名(申込み先着順/来館者優先)
- ◆費用 30円(保険代) 交通費は自己負担
- ◇持ち物 お弁当(簡単に食べれるおにぎり・お茶など)
- ◆申込み 2月4日(金)

午前9時45分から来館にて

② 新型コロナウイルス感染症感染拡大状況によっては、中止または延期する場合があります。

※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。



【俳句 もえ】  
跳躍につづく屈伸春日の子  
浦岡 幸

【城北川柳会】『自由吟』  
(天)凍てつく夜いなくように救急車  
藤井 宏造

【あさひ川柳友の会】『自由吟』  
どこ行くの聞けば笑顔で医者に行く  
森本みき子

## 今月の作品

# 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・イベントの申し込み方法・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。

## 自転車事故を知る ～自分と家族を守るためにも～

- ◆とき 2月28日(月)  
13時30分～14時45分
- ◇ところ 旭区老人福祉センター3階会議室
- ◆内容 実際にあった事例から  
自転車事故を知る
- ◇講師 日本生命保険相互会社  
京橋支社 京橋営業部
- ◆対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)  
※自転車に乗る人も、乗らない人も
- ◇定員 20名(申込み先着順/来館者優先)
- ◆費用 無料
- ◇申込み 2月2日(水)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。

## 減塩みそづくり教室 食べておいしい!つくって楽しい!

【旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業】

- ◆とき 3月3日(木)14時～15時
- ◇ところ 旭区民センター1階調理実習室
- ◆講師 秦 眞佐美 さん
- ◇対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- ◆定員 10名(申込み先着順/来館者優先)
- ◇費用 2,000円(みそ約2kg)  
※キャンセルの場合参加費返金不可
- ◆内容 国産大豆と生麴を使って材料にもこだわった  
体に優しい減塩みそ作り
- ◇申込み 2月8日(火)午前9時45分から  
来館にて

※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44期 旭区いちょう学園

※延期になっていた今年度の旭区いちょう学園を開催します!

- ◆とき ①3月7日(月) ②3月14日(月)  
③3月28日(月)ともに13時30分～15時  
※前回の開催曜日と内容が変更になっています
- ◇ところ 旭区老人福祉センター3階会議室
- ◆内容 ①介護保険の上手な利用法
- ◇講師 ③最近の葬儀、お墓事情って知ってる  
松尾 保美 氏(大阪府金融広報委員会)
- ②ネイチャークラフト(自然素材を使った工作)  
松山 純子 氏(レクリエーション介護士)
- ◆対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- ◇定員 10名(申込み先着順/来館者優先)
- ◆費用 100円(自然工作の材料費の一部として)
- ◇申込み 2月7日(月)午前9時45分から  
来館にて現金を添えて

※6月にお申込みいただいた方は今回のお申込みは不要!

※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。

## 1月・2月・3月お誕生日会

- ◆とき 3月22日(火)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
- ◆内容 \*記念撮影(希望者のみ)  
\*舞台発表
- ◇対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)で  
1月・2月・3月生まれの方
- ◇定員 20名(申込み先着順/来館者優先)
- ◆費用 無料
- ◇申込み 2月22日(火)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。

※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～

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

## 介護予防教室(12月)

12/10(金)



本教室は、牧病院リハビリテーション科の先生方にご協力をいただき「免疫力アップの生活習慣」をテーマに免疫力を高める6つの生活習慣について、百歳体操終了後に詳しく教えていただきました。

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

## クリスマス会

12/24(金)



今年のクリスマス会は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から参加人数を例年の半分に減らし、準備の段階から当センターのボランティアさんにお手伝いをいただき開催しました。初めに森小路保育所もみじ組のこどもたちによるトーンチャイムと歌、踊りを披露していただきました。次に、当センターで行った「楽しい手話体験講座」参加者による手話歌、旭シニアサウンズさんによるクリスマスソングなどの演奏を披露していただきました。

最後は、お楽しみ会としてビンゴ大会を実施し、大変盛り上がりました。

## 10月・11月・12月お誕生日会

12/7(火)

お誕生日会は、前半は希望者に記念撮影を行い、後半はボランティア（ひまわりグループ）の皆さんによるフラダンス、ハーモニカ、ミニミニマジックショー、旭シニアサウンズさんによる演奏の後、お楽しみ会で盛り上がりました。



## 2倍楽しいクリスマス&お正月のアレンジメント

12/13(金)



本講座は、大阪市インストラクターバンク登録講師の池邊ひとみ先生をお迎えし、クリスマスとお正月に楽しめる【2倍楽しい】アレンジメント作りを行いました。皆さんそれぞれの個性が出て素晴らしいアレンジメントが完成しました。

## 漢字ミュージアムへ行こう!

12/17(金)

本事業は、「漢字 DE 脳トレ」講座に参加された方を対象に実施しました。当日は祇園四条で昼食をとり、その後漢字ミュージアムの見学を行いました。漢字の成り立ち等ゲーム形式で学習できるようになっており、楽しく漢字を学びました。



※(い)…いちよう学園同窓会  
(老)…老人クラブ

# 2月の予定表

2022年1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	
 		<b>1</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(大宮)	<b>2</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> トレーニング	<b>3</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> にこにこヨガ  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">文化祭(作品展)</span>	<b>4</b> カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">文化祭(作品展)</span>	<b>5</b> 旭シニアサウンズ 城北川柳会	
		コーラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会)  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">文化祭 準備</span>	新舞踊 (はるの会) 書道(書友会)  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">文化祭(作品展)</span>	詩吟倶楽部 民謡サークル  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">文化祭(作品展)</span>	卓球(梟の会) 城北川柳会	
<b>6</b> <b>休館日</b>	<b>7</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span>  (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 旭ウエルネスダーツの会	<b>8</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(大宮)  おりがみ(おりづるの会)	<b>9</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> トレーニング  卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)  <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ボランティア会議</span>	<b>10</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> なかよしヨガ  新舞踊 (はるの会) 書道(桜)(ふじ) 旭ウエルネスダーツの会	<b>11</b> <b>休館日</b>	<b>12</b> 旭シニアサウンズ  卓球(梟の会)	
<b>13</b> <b>休館日</b>	<b>14</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(古市)	<b>15</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(大宮)	<b>16</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> トレーニング	<b>17</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> にこにこヨガ あさひ川柳友の会	<b>18</b> (い)秋桜 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部 絵手紙(旭ポストカード会)	<b>19</b> 旭シニアサウンズ  卓球(梟の会)	
	(老)カラオケ(中宮)	コーラス (むつみ・すみれ)	卓球(梟の会) あさひ詩吟同好会	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 民謡サークル
<b>20</b> <b>休館日</b>	<b>21</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span>  (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 俳句もえ	<b>22</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(大宮)  おりがみ(おりづるの会) (い)紫陽花	<b>23</b> <b>休館日</b>	<b>24</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> なかよしヨガ  新舞踊 (はるの会) 書道(桜)(ふじ) 旭ウエルネスダーツの会	<b>25</b> 絵手紙(旭ポストカード会)  音楽療法	<b>26</b> 旭シニアサウンズ  卓球(梟の会)	
<b>27</b> <b>休館日</b>	<b>28</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">百歳体操</span> (老)カラオケ(古市)  (老)カラオケ(中宮) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">自転車事故を知る</span>	スマホ・タブレットで イベント・講座案内が 見れます				<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">                     ①QR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> 	

※現時点(1/24)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。