

# 旭区老人福祉 センターだより

# 1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ご利用の皆さまへ

大阪府・大阪市より新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に向けた取り組み(12/1~12/31まで)として以下の点について要請がありました。

### \*感染防止対策

(3密の回避、マスク着用、手洗い、こまめな換気等)

### \*会食を行う際は以下の4ルールに留意してください。

- ・同テーブル4人以内 ※1
- ・2時間以内での飲食
- ・ゴールドステッカー認証店舗推奨
- ・マスク会食 ※2

※1 同居家族や乳幼児・子ども・高齢者・障がい者の介助者などはこの限りではありません

※2 疾患等によりマスクの着用が困難な場合などはこの限りではありません

★特に、クリスマスや忘年会など、多人数が集まる場合は、上記の4ルールを徹底してください。



大阪市立旭区老人福祉センター  
館長・職員一同

旧年中は当センターの管理、運営にご理解、ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。本年もよろしくお願い致します。

輝かしい新春を迎え  
皆様のご健康とご多幸を  
お祈り申し上げます



## サークル連絡会を開催させていただきました

12月8日(水)午前・午後の2回に分け、旭区老人福祉センター【サークル連絡会】を開催させていただきました。

当日は、28サークル 28名の代表・役員の方々にお集まりいただき、老人福祉センターの状況報告や、センターの利用、今後の行事などについてご説明させていただきました。

今後とも旭区老人福祉センターの管理・運営にご協力のほど、よろしくお願いいたします。

【あさひ川柳友の会】『丸』  
退院日花丸付けたカレンダー

川島千恵子

【城北川柳会】天天の句『自由吟』  
静と動 民を沸かせた聡と翔

福田 正彦

【俳句 もえ】  
天心に星一つなる寒露かな

辻本 義一



## 今月の作品

年末年始におかれましても、手洗い・うがい・マスクを忘れずに！

# 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。

## 初心者の書道教室

～これを機会に書道を始めてみませんか～

- と き 1月20日(木)  
14時～15時30分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 講 師 高見 慧歌 先生(当センター書道サークル講師)
- 対 象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定 員 15名(申し込み先着順/来館者優先)
- 費 用 無料
- 内 容 毛筆にて文字の練習をします
- 持ち物 書道道具をお持ちの方はご持参ください。  
※無くても大丈夫です。
- 申込み 12月16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。

## 防災講座

～いざという時の災害の備えについて学びましょう!～

- と き 1月24日(月)  
13時30分～14時30分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 講 師 旭区役所市民協働課 防災安全担当
- 対 象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定 員 20名(申し込み先着順/来館者優先)
- 費 用 無料
- 内 容 ・防災のお話  
・簡単にできる防災グッズの作成
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 1月6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。

サタデー事業

## 新春映画会



- と き 1月22日(土)  
13時30分上映開始
- ところ 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 協 力 旭区視聴覚教育協議会
- 対 象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- 定 員 20名(申し込み先着順/来館者優先)
- 費 用 無料
- 内 容 鉄道員(ぽっぽや) 112分
- 申込み 1月5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。

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

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

なお、当センター内におきまして、  
下記の日程で【作品展】を開催します。



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

旭区老人福祉センターで活動しているサークルさんの作品を展示します。

皆さま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。

※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～

## よい睡眠のための健康管理

12/1 (水)



本講座は、千成ヤクルト販売(株)さんにご協力をいただき、「睡眠の質」、「ストレス緩和」、「ぐっすり寝るためにやるべきこと」などをストレス・睡眠チェックシートを用いて詳しく教えていただきました。

## 楽しい手話体験教室

11/16・11/30・12/7 (3回連続講座)



本講座は、一般社団法人手話エンターテイメント発信団 OiOi (オイオイ) さんに「手話体操」と「手話歌」などを教えていただきました。「手話歌」は今年のセンターのクリスマス会でご披露します。皆さんお楽しみに!!

## 初めての詩吟体験教室

11/17 (水)

本講座は、サークル支援の一環として開催しました。講師から基本についての説明があり、講師について発声練習を行いました。参加者はお腹から声を出す心地よさを感じながら、今後も続けたいという声が多くあり、センターとして活動を続けられるよう支援していきます。



## 漢字DE脳トレ2

12/3 (金)

本講座は、10月に開催した際に希望者が多かったため、講師と相談し再度開催することになりました。また、更に漢字に興味を持っていただくため、参加者を対象に京都にある「漢字ミュージアムへ行こう!」を企画実施しました。



地域で行うサテライト事業

## キャッシュレス講座 大宮地域・清水地域・城北地域

11/24 (大宮)・11/25 (清水)・11/30 (城北)

本講座は、りそな銀行大阪公務部さんにご協力いただき地域に出向くサテライト事業として開催した。経済産業省の映像を見るなど、生活シーンに広がるキャッシュレス決済の基本的な利用方法などを教えていただきました。



## 旭区老人福祉センターボウリング大会

11/20 (土)



本大会は、ラウンドワン放出店にて開催しました。スコアを競うのではなく、当日のスコアが申告点数に近い順から順位付けを行いました。参加者からは、「知らない人とも交流ができて楽しむことができたので今後も定期的に続けてほしい」という声が大半を占めました。

# 1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
<p>スマホ・タブレットで イベントの講座案内がわかります</p>  <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>① QRコードを読み取り、アドレスをタップする</p> <p>② 希望の講座をタップし、チラシをダウンロードする</p> </div>						1 <b>休館日</b>
2 <b>休館日</b>	3 <b>休館日</b>	4 <b>百歳体操</b> コーラス (すみれ会)	5 <b>百歳体操</b> トレーニング 卓球(梟の会)	6 <b>百歳体操</b> にこにこヨガ 書道(書友会) 旭ウエルネスダーツの会	7 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部 詩吟倶楽部 民謡サークル	8 (い)役員会 城北川柳会 旭シニアサウンズ 城北川柳会 卓球(梟の会)
9 <b>休館日</b>	10 <b>休館日</b>	11 <b>百歳体操</b> (老)カラオケ(大宮) おりがみ(おりづるの会)	12 <b>百歳体操</b> トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	13 <b>百歳体操</b> 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	14 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">介護予防教室</div> 音楽療法 旭将棋教室	15 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
16 <b>休館日</b>	17 <b>百歳体操</b> (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 俳句もえ	18 <b>百歳体操</b> (老)カラオケ(大宮) コーラス (むつみ・すみれ)	19 <b>百歳体操</b> トレーニング 卓球(梟の会)	20 <b>百歳体操</b> にこにこヨガ あさひ川柳友の会 新舞踊 はるの会 書道(書友会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">初心者の書道教室</div>	21 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部 詩吟倶楽部 民謡サークル 旭ウエルネスダーツの会 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ボランティア研修会</div>	22 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">新春映画会</div>
23 <b>休館日</b>	24 <b>百歳体操</b> (老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">防災講座</div>	25 <b>百歳体操</b> (老)カラオケ(大宮) おりがみ(おりづるの会) (い)紫陽花	26 <b>百歳体操</b> トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	27 <b>百歳体操</b> 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	28 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 旭将棋教室	29 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
30 <b>休館日</b>	31 <b>百歳体操</b> ハワイアンフラ	※現時点(12/22)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。				