

旭区老人福祉 センターだより

3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。

まん延防止等重点措置期間が延長されました

2月18日に開催された、第70回大阪府新型コロナウイルス対策本部会議で、2月21日から3月6日までの期間中の「まん延防止等重点措置に基づく要請内容」が決定されました。

【市民の皆さんへのお願い】（オミクロン株の特性を踏まえた感染防止対策） 大阪市ホームページより

- ・自らの命と健康を守るため、高齢者※及び同居家族等日常的に接する方は、感染リスクが高い場所への外出・移動を自粛すること
- ・高齢者施設での面会は原則自粛すること（面会する場合はオンラインでの面会など高齢者との接触を行わない方法を検討すること）
- ・高齢者の同居家族が感染した場合、高齢者※の命を守るため、積極的に大規模医療・療養センターもしくは宿泊療養施設において療養すること。

※基礎疾患のある方などの重症化リスクの高い方を含む。

引き続き、「新しい生活様式」の実践の継続についてご協力をお願いします。

3/1～7は、春の火災予防運動期間

春は1年のうちでもっとも火災が増える時期です。春は乾燥が続くうえに、1年の中でも特に風が強い季節であり、着火しやすくなる乾燥と、燃え広がりの原因になる強風という条件が揃うため特に春（3月・4月・5月）は火災が多くなります。春に火災が増える理由や原因の他、火災予防のチェックポイントを確認しておくことで、万一の時に備えて、対処できるように意識しておきましょう。

★住まいの火災予防チェックポイント★

- ①コンセント プラグとの接触部分にゆるみがないか、ホコリがたまっていないか点検・清掃を心がけましょう。
- ②コンロ 揚げ物などで油を使うときは、温度に十分注意し、目を離さないことが大切です。
- ③たばこ たばこの火の不始末による火災が多くなっています。火が消えているか確認し、その場を離れましょう。
- ④ストーブ ストーブの近くに物を置いたり、ストーブの上で洗濯物を乾かしたりすることはやめましょう。
- ⑤火災警報機 住宅用火災警報器の寿命の目安は10年です。いざという時のために定期的に点検を行いましょう。

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！

今月の作品

- 【俳句 もえ】
作品展笑顔で集ふ春立つ日
小豆澤正子
- 【城北川柳会】「歌」
東北の冬は演歌の歌詞になる
富永 恭子
- 【あさひ川柳友の会】
若がえる孫のお世話の四年間
岡田多恵子

講座・イベント案内

申込みはご本人様に限ります。代理の方が申込みことはできません。

講座・イベントの申込み方法・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。

ごみ減量

～ごみの分別と食品ロスをなくす～学習会

- ◆とき 3月25日(金)
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
- ◆内容 **ごみの分別と食品ロスについて**
- ◇講師 大阪市環境局 普及啓発担当
- ◆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
- ◇申込み 3月7日(月)午前9時45分から
来館・電話にて



※申込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

健康づくり教室

初心者の卓球教室

- ◆とき 4・5・6月の 第1、第3月曜日【全6回】
13:30～15:30
- ◇ところ 旭区子ども子育てプラザ軽運動室
(当センターの5階にあります)
- ◆講師 旭区卓球連盟の方
- ◇対象 利用証をお持ちの方(60歳以上の方)
- ◆定員 10名(応募多数の場合抽選)
- ◇費用 500円(保険代・消耗品等)
- ◆持ち物 上靴・飲料水・タオル※卓球道具の貸し出しあり
※動きやすい服装でご参加ください
- ◇内容 初心者の方を対象にした卓球教室
- ◆申込み 3月7日(月)～12日(土)まで
午前9時45分から来館・電話にて

※申込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

八幡市 背割堤

～桜のトンネルを散策～

- ◆とき 4月4日(月)9時30分～14時頃
9:30 当センター集合出発(時間厳守)
- ◇ところ 京都府八幡市【背割堤地区】
京阪電車【石清水八幡宮駅】下車徒歩約10分
- ◆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)
- ◆費用 30円(保険代) 往復の交通費は自己負担
- ◇持ち物 昼食・飲み物など
- ◆申込み 3月8日(火)午前9時45分から
参加費を添えて来館にて

※申込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

お知らせ

3月4日(金)に予定しておりました
まち歩き企画第2弾!～大阪の下町を歩く～
海と川に囲まれた大正愛ランドにつきましては、
新型コロナウイルス感染症感染拡大状況により延期とさせていただきます。
開催できるようになりましたら、当センターよりご連絡させていただきます。
ご理解、ご協力の程よろしく申し上げます。

※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～

介護予防教室(1月)

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

1/14(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「コロナフレイルを防ぐ」をテーマにフレイルの種類と予防の3つの柱について、百歳体操終了後に詳しく教えていただきました。

初心者の書道教室

1/20(木)



本教室は、当センターのサークル支援の一環として開催しました。当日書道サークルの方々にお手伝いいただき、手本に沿って練習を行いました。書道は60年振りという方もおられ、終了後、5名が書道サークルに入会されました。

文化祭【作品展】

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

2/3(木)・4日(金)



今年度の文化祭は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から作品展のみの開催となりました。書道(3サークル)・おりづる・ポストカード・俳句・川柳(2サークル)の素晴らしい作品を展示させていただきました。

年末クリーン作戦

12/25(土)

年末クリーン作戦は、ボランティアさんを中心に各サークルさん、囲碁将棋同好会さん、いちよう学園さん、区老連女性部さんにご協力いただき、館内全室、廊下、窓ガラスなどをお掃除していただきました。皆様ご協力ありがとうございました。



新春映画会

1/22(土) サタデー事業

本映画会は、旭区視聴覚教育協議会の協力を得てサタデー事業として実施しました。新型コロナウイルス感染症感染拡大予防の観点から参加者を20名に限定し、【鉄道員(ぽっぽや)】(112分)を上映しました。



防災講座

1/24(月)



本講座は、旭区役所防災安全担当の方にご協力をいただき、災害に対する備えについて学習しました。また、新聞スリッパの作り方も教えていただきました。今後も定期的に防災講座を開催し、防災意識を高めていきたいと思っております。

※(い)…いちよう学園同窓会
(老)…老人クラブ

3月の予定表

2022年2月22日現在の予定

旭区老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
		1 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	2 百歳体操 トレーニング	3 百歳体操 にこにこヨガ	4 カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部	5 (い)役員会 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) 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 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">減塩みそづくり教室</div>	詩吟倶楽部 民謡サークル	卓球(梟の会) 城北川柳会
6 休館日	7 百歳体操 (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">いちよう学園①</div>	8 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) おりがみ(おりづるの会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">リズム体操①</div>	9 百歳体操 トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	10 百歳体操 なよしヨガ 新舞踊(はるの会) 書道(桜)(ふじ) 旭ウエルネスダーツの会	11 (い)秋桜 絵手紙(旭ポストカード会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">百歳体操 介護予防教室</div>	12 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
	13 休館日	14 百歳体操 (老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) 俳句もえ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">いちよう学園②</div>	15 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) コーラス (むつみ・すみれ) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">リズム体操②</div>	16 百歳体操 トレーニング 卓球(梟の会) あさひ詩吟同好会	17 百歳体操 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) 旭ウエルネスダーツの会	18 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
20 休館日	21 休館日	22 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) おりがみ(おりづるの会) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">1・2・3月誕生日会</div>	23 百歳体操 トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">初めてのスマホ決済 &カメラ活用術</div>	24 百歳体操 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	25 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">ごみ減量〜ごみの分別 と食品ロスをなくす〜 (学習会)</div>	26 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)
	27 休館日	28 百歳体操 (老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;">いちよう学園③</div>	29 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) (い)紫陽花	30 百歳体操 卓球(梟の会)	31 百歳体操	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 style="text-align: center; margin-top: 20px;"> スマホ・タブレットで イベント・講座案内が  </div>

※現時点(2/22)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。

