

# 旭区老人福祉 センターだより

# 10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。

## 秋は食中毒が増える時期です！

### なぜ秋に食中毒が多くなるの？

- 夏の暑さで消費された体力が回復しないまま免疫力が低下する
- きのこなどの毒によるもの

食中毒は原因の細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することで発生します。

食中毒を防ぐには、

- ① 細菌を食べ物に「**つけない**」
- ② 付着した細菌を「**増やさない**」
- ③ 食べ物や調理器具に付着した細菌を「**やっつける**」ことが大切です。

■ 食中毒予防の3原則



**センター内では、マスクの着用、手指消毒を徹底してください。**

サークルメンバーを募集しています！  
詳細はサークル一覧表をご覧ください。

活動内容・サークル名		曜日
書道	桜 (初心者向け)	第2・4(木)
	ふじ (漢字・かな・調和体等)	第2・4(木)
	書友会 (掛け軸タイプ)	第1・3(木)
絵手紙	旭ポストカード	第2・4(金)
おり紙	おりづるの会	第2・4(火)
川柳	あさひ川柳友の会	第3(木)
ダーツ	旭ウエルネスダーツの会	毎週木曜日
新舞踊	はるの会	第1~4(木)
歌唱	旭懐メロ倶楽部	第1・3(金)
歌唱	コーラスむつみ	第1・3(火)
手話	手話サークルファン・ファン	第1・3(水)
ボランティアグループ	旭シニアサウンズ	毎週土曜日

## 今月の作品

【俳句 もえ】

木槿忌や棚に並びて生きてみる

小原久仁子

【城北川柳会】『自由吟』

自慢するものがないので笑顔だけ

川端 一步

【あさひ川柳友の会】『家』

家族って小うるさいけど温い

川島千恵子



# 講座・イベント案内

申込みはご本人様に限ります。代理の方が申し込むことはできません。

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。

## 地域の防災力向上のための 楽しく学ぶ防災講座

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

## 手づくりおもちゃ教室

～懐かしい手づくりおもちゃを作ってみませんか?～

- と き 10月24日(月)  
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 大阪市立総合生涯学習センター  
企画推進課
  - 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 \*地域の防災力向上のための楽しく学ぶ防災講座
  - 持ち物 筆記用具
  - 申込み 10月5日(水) 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す。代理の方が申し込むことはできません。

- と き 10月21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 中田 重幸 さん  
(世代間交流をめざす会代表/大阪市生涯学習インストラクター)
  - 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 \*牛乳パックや、ストロー、  
たこ糸などを使っておもちゃを作ります。
  - 申込み 10月5日(水) 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す。代理の方が申し込むことはできません。



## 多肉植物deテラリウム ～緑のインテリアをお部屋に～

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

- と き 10月26日(水)  
14時～15時30分
  - ところ 旭区老人福祉センター 3階多目室
  - 講師 大阪市建設局  
鶴見緑地公園事務所 イメージ
  - 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 600円(材料費)
  - 内容 多肉植物を使ってテラリウムを作成する。
  - 持ち物 筆記用具・はさみ・作品を入れる袋
  - 申込み 10月6日(木) 午前9時45分から  
**来館**にて
- ※申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。



## 予告 プラス乳製品セミナー ～楽しく活用・くらしに備えを～

- と き 11月7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 雪印メグミルク(株)  
関西コミュニケーションセンター 食育チーム
  - 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 \*牛乳・ヨーグルト・チーズ其々のレシピ紹介  
\*乳製品のおすすめポイントの紹介
  - 持ち物 筆記用具
  - 申込み 10月12日(水) 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、事前の申込みが必要です。【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～

「枕草子」講座Part2  
～平安時代の宮廷文化と四季折々の情景描写～

8月19日(金)・26日(金)



5月に実施した講座が好評であったため前回受講されていない方を対象に実施しました。参加者からは「先生のお話が分かりやすく、枕草子と清少納言の歴史的な背景やエピソードを興味深く聞かせていただきました。」などの声をいただきました。

## 秋の老セン映画会

9月10日(土)



本映画会は旭区視聴覚教育協議会の皆さんの協力を得てサタデー事業として実施しました。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、松竹映画が木下恵介監督、高峰秀子主演で映画化した【二十四の瞳】(156分)を上映しました。

## サテライト事業 (中宮地域)

9月2日(金)

### 初めてのスマートフォン講座

本事業は、当センター・旭区西部地域包括支援センター・大阪市旭区社会福祉協議会と合同で中宮地域にて実施しました。

参加者からは「スマホは持っているが、機能が全く分からなかったので勉強になった」などの声をいただきました。



## サテライト事業 (城北地域)

9月14日(水)

### 初めてのスマートフォン講座

本事業は、当センター・旭区西部地域包括支援センター・大阪市旭区社会福祉協議会と合同で城北地域にて実施しました。

参加者からは「MAPの機能を教えていただき勉強になった。実際にMAPを使って歩いてみたいと思います」などの声をいただきました。



※(い)…いちよう学園同窓会  
(老)…老人クラブ

# 10月予定表

2022年9月21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> 旭シニアサウンズ (い)総務部  卓球(梟の会) 区民スリーアイズ大会
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">           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> スマホ・タブレットでイベント講座案内が見れます					
<b>2</b> 休館日	<b>3</b> 百歳体操  健美操体験教室②  (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 卓球教室	<b>4</b> 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)  コーラス (むつみ・すみれ会)	<b>5</b> 百歳体操 トレーニング 手話サークルファンファン  卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) あさひ詩吟同好会	<b>6</b> 百歳体操 にこにこヨガ  新舞踊(はるの会) 書道(書友会) 旭ウエルネスダーツの会	<b>7</b> 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	<b>8</b> 旭シニアサウンズ 城北川柳会  卓球(梟の会) 城北川柳会 ボウリング大会
	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 休館日	<b>11</b> 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)  おりづるの会	<b>12</b> 百歳体操 トレーニング  卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) ボランティア会議	<b>13</b> 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	<b>14</b> 絵手紙(旭ポストカード会) (い)コスモス 音楽療法  音楽療法
<b>16</b> 休館日	<b>17</b> 百歳体操  (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ 卓球教室	<b>18</b> 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)  コーラス (むつみ・すみれ会)	<b>19</b> 百歳体操 トレーニング 手話サークルファンファン  卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) あさひ詩吟同好会 区老連大会	<b>20</b> 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) 旭ウエルネスダーツの会 書道(書友会)	<b>21</b> 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 手づくりおもちゃ	<b>22</b> 旭シニアサウンズ  卓球(梟の会)
	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> 百歳体操 (老)カラオケ(古市)  (老)カラオケ(中宮) 防災講座 卓球教室	<b>25</b> 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)  おりづるの会 (い)紫陽花 (い)女性部	<b>26</b> 百歳体操 トレーニング  卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) テラリウム講座	<b>27</b> 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	<b>28</b> 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法  音楽療法 ボランティア研修
<b>30</b> 休館日	<b>31</b> 百歳体操  (老)カラオケ(中宮) 卓球教室	※現時点(9/21)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。				

