

城東区老人福祉センターだより

2022年
12月号



〒536-8510 大阪市城東区中央 3-5-45
TEL: (06) 6932-0017 FAX: (06) 6934-8340
《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

QRコード読み取り



今年もご協力をいただき、ありがとうございました。
来年も楽しく利用していただけるよう職員一同頑張ります。
来年もどうぞよろしくお願ひいたします。

クリスマスパーティー

★とき★12月16日(金)

午後1時～4時頃

★場所★城東区民センター 2階ホール

★申込★不要 見学だけでも大歓迎♪

※直接2階ホールへお越しください



当センターサークルさんの色々な発表があります★
皆さんお誘い合わせの上ぜひお越しください！
毎年恒例のくじ引き大会もありますよ！！

お餅による窒息に注意！！

お正月になるとお餅を食べる機会が増えます。
高齢者は嚙む力や飲み込む力が弱いこと、唾液量が少ないことでリスクが高まります。小さく切って食べる、飲み物などで喉を潤してからよく噛んで食べるなど十分に注意しましょう。

「変形した股関節、ひざ関節の治療」

講演会

～切らない治療から人工関節置換術まで～

おおさかグローバル整形外科の先生に
お話しをしていただきます。

＜とき＞12月2日(金) 午後2時～3時

＜場所＞城東区民センター 4階大会議室

＜講師＞おおさかグローバル整形外科
杉安 謙仁朗さん(人工関節専門)

＜対象＞利用証をお持ちの方

＜費用＞無料 ＜定員＞60名程度(先着)

＜申込＞受付中！！ご本人様が来館にて受付

お正月に向けての

しめ縄リース作り

見本あります！

＜とき＞12月14日(水) 午後1時30分～3時

＜場所＞城東区老人福祉センター多目的室

＜講師＞池辺 ひとみさん

＜対象＞利用証をお持ちの方

＜費用＞700円(材料費) ＜定員＞20名(先着)

＜申込＞11月24日(木) 午前10時より



参加費を添えてご本人様が来館にて受付

※おつりのないようお願いします



ゆびあみで作る

ネックウォーマー



これからの寒い時期に使えます！

＜とき＞1月11日(水) 午後1時～3時

＜場所＞城東区老人福祉センター多目的室

＜講師＞天使のあみちゃんくらぶ 岸本 好永さん

＜対象＞利用証をお持ちの方

＜費用＞700円(材料費)

＜定員＞15名(先着)

＜持物＞筆記用具、糸切りハサミ

＜申込＞12月14日(水) 午前10時より

参加費を添えてご本人様が来館にて受付

※おつりのないようお願いします

見本あります！

12月の介護予防ヨガ体操は…

12月26日(月) 午後1時30分～

参加費: 300円(当日支払)

場所: 老人センター大広間 持物: 飲み物・タオル



ご理解とご協力をお願いします



※当センターをご利用の際は、マスクの着用・消毒・換気を必ずおこなってください。体調がすぐれない方は、来館を控えてください。

※各講座・イベントは、今後のコロナウイルス感染症の拡大状況などによっては、急遽中止や延期になる可能性もあります。予めご了承下さい。

※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、ご本人様確認書類(生年月日が記載されているもの)をご持参の上、事務所までお越しください。



12月行事予定表



部屋名	日		月		火		水		木		金		土	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
	～ご利用時間のお知らせ～													
娯楽室	【囲碁・将棋】				★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。 ご希望の方は事前に事務所までお願いします。				1		2		3	
多目的室	午後12時30分～4時30分まで 【パンパー】				午後12時30分～4時30分まで				13:00～ 絵画同好会		10:00～ フォーク 会議		15:30～ 元気体操	
大広間	※お部屋の密集を避けるためにも、できるだけ 短時間のご利用をお願いします。								10:30～ 健康体操		13:00～ 新舞踊同好会 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ 百歳体操 さくら	
講習室									10:00～ 手芸同好会				13:00～ ウエルネス ダーツ	
	4	5		6		7		8		9		10		
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋	
多目的室	13:00～ すみれ組 15:30～ 元気体操		10:00～ 健康太極拳		13:30～ 城東ヨガ		10:00～ ペン字 サークル		15:30～ 元気体操		10:00～ フォーク 会議		15:30～ 元気体操	
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 昭和歌謡で踊 ろう		10:00～ 歌体操 サークル		13:00～ 民謡教室1 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ フォーク ダンス		13:30～ 3B体操		10:00～ 卓球	
講習室	★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設				13:00～ 俳句 もくれん会				10:00～ ペン字 研究会		13:00～ ウエルネス ダーツ	
	11	12		13		14		15		16		17		
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋	
多目的室	13:00～ 健康オカリナ 15:30～ 元気体操		10:00～ 健康太極拳		13:00～ 水墨画教室		15:30～ 元気体操		13:00～ 絵画同好会		クリスマス パーティー		13:00～ おもちゃ病院	
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		10:30～ 笑いヨガ サークル		13:00～ 民謡教室2 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ フォーク ダンス		10:30～ 健康体操		13:00～ 新舞踊同好会 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ 卓球	
講習室	★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設				10:00～ 手芸同好会						★フリースペース パンパー常設2	
	18	19		20		21		22		23		24		
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋	
多目的室	10:00～ 絵手紙 サークル		15:30～ 元気体操		10:00～ 健康太極拳		13:30～ 城東ヨガ		10:00～ 俳句教室 はなみずき		12:30～ 城東俳句会 15:30～ 元気体操		15:30～ 元気体操	
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら				13:00～ 民謡教室1 15:30～ 百歳体操コスモス				13:30～ 3B体操		お誕生会 15:30～ 百歳体操コスモス		10:00～ 百歳体操 さくら	
講習室	★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設		10:00～ ペン字 サークル		13:00～ 大人のぬり絵 教室		控室		10:00～ ペン字 研究会	
	25	26		27		28		29		30		31		
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋	
多目的室	13:00～ 健康オカリナ 15:30～ 元気体操		10:00～ 健康太極拳		13:00～ 水墨画教室		大掃除 御用納め		休館日		休館日		休館日	
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		13:30～ 介護予防ヨガ 体操		10:30～ 笑いヨガ サークル		13:00～ 民謡教室2 15:30～ 百歳体操コスモス							
講習室	★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設		★フリースペース パンパー常設								★フリースペース パンパー常設	

12月お誕生会

見学は
申込不要



<毎月第4水曜日・大広間>

◇12月22日(木)午後1:30～

●12月生まれの方

申込期間:12月1日(木)～12月17日(土)

※友情出演の方は、先着5名(組)とさせていただきます。

年末年始の休館日のお知らせ

12月29日(木)～1月3日(火)

※12月28日(水)は大掃除をします。サークル活動はありません。

～10月の事業報告～

★ご参加ありがとうございました★

中之島バラ園散策

きれいな
バラがたく
さん咲いて
いました。



プラス乳製品セミナー

雪印メグミ
ルクの方に
お話をし
ていただき
ました。



スマートフォン体験講座

基本の操作や
アプリの使い
方など教えて
いただきました。

