

城東区老人福祉センターだより

2023年 2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



♪リズムと歌で楽しい健康体操♪

音楽のリズムや歌を用いた
楽しくリラックスできる健康体操です！

＜と き＞2月20日（月）午後1時～2時30分
＜場 所＞城東区老人福祉センター大広間
＜講 師＞乗友 美智子さん
（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
＜費 用＞無料 ＜定 員＞20名程度（先着）
＜申 込＞1月30日（月）午前10時より
ご本人様が来館にて受付



みんなで応援しよう！！

2023国際親善女子車いす バスケットボール大阪大会観戦

～日本 VS オランダ～

≪と き≫2月10日（金）午前10時～12時頃
≪集 合≫午前8時50分 城東区役所1階エレベーター前
≪行 先≫丸善インテックアリーナ大阪（大阪市中央体育館）
≪対 象≫利用証をお持ちの方
≪費 用≫30円（保険代）※交通費等は自己負担
≪定 員≫20名（先着）
≪申 込≫1月20日（金）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

2月7日（火）以降のキャンセルは返金不可

手で紐を結んで鈴のついた リングキーホルダー作り



～飾り結び講座～

＜と き＞2月25日（土）午後1時30分～2時30分
＜場 所＞城東区老人福祉センター多目的室
＜講 師＞石井 聖美さん
（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
＜費 用＞300円（材料費） ＜定 員＞15名（先着）
＜申 込＞2月4日（土）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



2月の介護予防ヨガ体操は…

2月27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



★2月3日は節分です★

恵方を向いて食べるとよいとされている恵方巻！
2023年の恵方は…**南南東**です。

インフルエンザやノロウイルスに注意！！

冬に流行する感染症で多いのがインフルエンザやノロウイルスです。手洗いやマスクの着用、生ものや不十分な加熱の食べ物には気をつけるなど予防をしっかりとしましょう。

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。



2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	午前	午後		
～ご利用時間のお知らせ～																
娯楽室	【囲碁・将棋】				1		2		3		4					
多目的室	午後12時30分～4時30分まで 【ハンパー】				10:00～ ペン字 サークル		15:30～ 元気体操		13:00～ 絵画同好会		15:30～ 元気体操		10:00～ 水彩画教室			
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。				10:00～ フォーク ダンス		13:30～ 3B体操		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					13:00～ 俳句 もくれん会		10:00～ 手芸同好会				13:00～ ウエルネス ダーツ		★フリースペース ハンパー常設			
5 6 7 8 9 10 11																
娯楽室	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				13:30～ 城東ヨガ		15:30～ 元気体操		車いすバスケット観戦		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～ 歌声サロン		15:30～ 百歳体操 コスモス			
講習室	★フリースペース ハンパー常設				★フリースペース ハンパー常設						10:00～ ペン字 研究会		13:00～ ウエルネス ダーツ			
12 13 14 15 16 17 18																
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			
多目的室	13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操				13:00～ 水墨画教室		10:00～ 俳句教室 はなみずき		12:30～ 城東俳句会 15:30～ 元気体操		13:00～ 絵画同好会		15:30～ 元気体操			
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		13:30～ 3B体操		10:30～ 健康体操			
講習室	★フリースペース ハンパー常設				★フリースペース ハンパー常設		10:00～ ペン字 サークル		13:00～ 大人のぬり絵 教室		10:00～ 手芸同好会		13:00～ ウエルネス ダーツ			
19 20 21 22 23 24 25																
娯楽室	囲碁・将棋				囲碁・将棋		囲碁・将棋		休館日		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		13:30～ 城東ヨガ		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				クリスマスと歌で楽しい 健康体操		13:00～ 民謡教室1 15:30～ 百歳体操コスモス		お誕生会		10:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 民謡教室			
講習室	★フリースペース ハンパー常設				★フリースペース ハンパー常設		控室				10:00～ ペン字 研究会		13:00～ ウエルネス ダーツ			
26 27 28																
娯楽室	囲碁・将棋				囲碁・将棋		2月お誕生会		2月お誕生会		囲碁・将棋		囲碁・将棋			
多目的室	13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操				13:00～ 水墨画教室		<p>見学は 申込不要</p> <p>＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇2月22日(水)午後1:30～ ●2月生まれの方 申込期間:2月1日(水)～2月18日(土) ※友情出演の方は、先着5名(組)とさせていただきます。</p>		<p>★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。</p>		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～ 介護予防ヨガ 体操						10:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 民謡教室		10:00～ 卓球	
講習室	★フリースペース ハンパー常設				★フリースペース ハンパー常設						10:00～ ペン字 研究会		13:00～ ウエルネス ダーツ		★フリースペース ハンパー常設	

～12月の事業報告～ ★ご参加ありがとうございました★

変形した股関節、ひざ関節の 治療講演会

おおさかグローバル整形外科病院の先生に講演会をしていただきました。簡単なストレッチも教えていただきました。



しめ縄リース作り

お正月に向けてしめ縄リースを作りました。素敵なリースが出来上がりました。



クリスマスパーティー

3年ぶりに開催をしました。みなさん素晴らしい舞台発表でした。くじ引き大会も盛り上がりました。



お忙しい中、年末の大掃除にご協力いただきありがとうございました。

