

城東区老人福祉センターだより

2023年

3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



作品展

《と き》3月3日(金) 午前10時～午後3時
《場 所》城東区民センターホール(区役所2階)
《申 込》不要(直接ホールへお越しください)

★当センターのサークル・同好会のみなさんの素敵な作品がたくさん出展されます。
みなさんお誘い合わせの上、ぜひお越しください。
たくさんのご来場お待ちしております！

★一般枠受付中★

絵や写真、手芸作品、川柳、書道など趣味の作品を出展してみませんか！

【対象】利用証をお持ちの方

※作品の搬入は3月2日(木)午後1時～

設置、片付けなどは各自でお願いいたします。

出展作品はお一人2点までです。

ストレッチヨガ教室

～体が硬くても大丈夫!! ストレッチから始める健康づくり～

《と き》3月9日(木) 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》アンシー's ストレッチヨガ研究会

認定講師 北川 知愛さん

《対 象》利用証をお持ちの方

《費 用》無料 《定 員》6名(先着)

《持 物》汗拭きタオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

ヨガマットはこちらで用意します。

《申 込》2月22日(水) 午前10時より

ご本人様が来館にて受付



～香りに包まれた、笑顔になれる講座～ 香りのたまご エッグポマンダー作り

エッグポマンダーとは…卵の殻に和紙を貼って
その中にハーブを入れる作品です。

《と き》3月23日(木)
午後1時30分～3時頃

《場 所》城東区老人福祉センター多目的室

《講 師》三神 多佳子さん
(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》300円(材料費)

《定 員》15名(先着)

《申 込》3月1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



～転倒予防のための住宅チェックポイント～



①: [よけずに歩ける動線を確保]

②: [居間の整理整頓をしっかりと]

③④⑤: [じゅうたんはしっかりと固定]

⑥: [高い所に物を置かない]

⑦: [暗い場所には明かりをつける]



3月の介護予防ヨガ体操は…

3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



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。



3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
<p>～ご利用時間のお知らせ～</p> <p>【囲碁・将棋】 午後12時30分～4時30分まで 【ハンバー】 午後12時30分～4時30分まで</p> <p>※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。</p>														
1	2		3		4		5		6		7		8	
9	10		11		12		13		14		15		16	
17	18		19		20		21		22		23		24	
25	26		27		28		29		30		31		休館日	
<p>3月お誕生会</p> <p>見学は 申込不要</p> <p>＜毎月第4水曜日・大広間＞ ◇3月22日(水) 午後1:30～ ●3月生まれの方 申込期間:3月1日(水)～3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>～1月の事業報告～</p> <p>★ご参加ありがとうございました★</p> <p>漢字ミュージアムと八坂神社へ行こう ゆびあみで作る ネットウォーマーク</p> <p>食品表示の見方を学ぼう ～消費者トラブルのお話～</p> <p>みなさんとても手際よく編んでいました。</p> <p>漢字ミュージアムの見学と八坂神社にお参りに行きました。今年の漢字展では懐かしい漢字が展示していました。</p> <p>大阪市消費者センターの方にきていただき、お話を聞きました。</p>														