

# 旭区老人福祉 センターだより

## 4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。

## 利用証の年度更新をお願いします！



4月より新年度（2023年度）がスタートするにあたり、お持ちの利用証の年度更新が必要となります。

現在、新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から利用証のやり取りを中止させていただいておりますが、年度更新手続きにつきましては、窓口にて随時受付をさせていただきます。  
他区（旭区以外）の利用証をお持ちの方は、利用証を作られた区の老人センターにて年度更新手続きを行ってください。



よろしくお祈りします



## 引き続き、基本的な感染予防につとめましょう！

旭区老人福祉センターだよりは、センター以外にもお配りしています。

旭区老人福祉センターだよりは、当センター以外にも次の15か所にお配りさせていただいております。それぞれ配布枚数が異なるため、既に在庫が切れている場合もございます。予めご了承ください。

### \*社会福祉法人リベルタ

- ・地域在宅サービスステーション翠 ・くらし相談窓口（旭区役所2階）
- ・城東区老人福祉センター

**\*旭区役所** 広聴広報担当、生涯学習ルームを含む

**\*旭警察署** **\*旭消防署** **\*旭区民センター**

**\*旭区社会福祉協議会**

**\*旭区西部地域包括支援センター**

**\*旭区東部地域包括支援センター**

**\*牧病院・おおさかグローバル整形外科病院**

**\*ステラ歯科** **\*舞昆のこうはら（千林店）**

旭区老人福祉センターだよりを配架していただけるお店や、病院等がございましたら、当センターまでご一報（ご紹介）ください。

## 今月の作品

【あさひ川柳友の会】「自由吟」  
頑張ろう自転車廃棄歩くのみ  
中尾 啓子

【城北川柳会】「付度」  
黒塗りに付度の字が透けて見え  
網島 榮子

# 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。

## 笑いヨガ体験講座 ～笑うことで免疫力アップ！～

- とき 4月21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
- 講師 岡本 笑美子 さん  
大阪市生涯学習インストラクターバンク登録 笑いヨガ講師
- 対象 大阪市内在住の60歳以上の方  
(利用証をお持ちの方)
- 定員 20名(申込み先着順)
- 費用 無料
- 内容 笑いヨガの体験
- 持ち物 水分補給用の飲み物(蓋つきの物)・タオル
- 申込み 4月5日(水) 午前9時45分から



来館・電話にて

※申し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。

## 楽しい手話体験教室

- とき 4月26日(水) 10時15分～11時15分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- 講師 一般社団法人  
手話エンターテイメント発信団 OiOi
- 対象 大阪市内在住の60歳以上の方  
(利用証をお持ちの方)
- 定員 15名(申込み先着順)
- 費用 無料
- 内容 手話を楽しく学びます
- 申込み 4月5日(水) 午前9時45分から

※当センターの手話体験教室を始めて参加される方

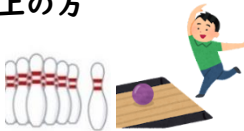


来館・電話にて

※申し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。

## 第5回旭区老人福祉センター ボウリング大会

- とき 4月22日(土) 13時30分～15時頃  
13時に現地ボウリング場 2階受付前集合
- ところ ラウンドワン城東放出店(城東区今福南3-4-38)  
大阪メトロ長堀鶴見緑地線  
今福鶴見駅2番出口より 徒歩10分程度
- 対象 大阪市内在住の60歳以上の方
- 定員 20名(申込み先着順)
- 費用 1,800円  
(2ゲーム料金1,380円・靴代390円・保険代30円)
- 4月20日(木)以降のキャンセルは返金不可
- 申込み 4月5日(水) 午前9時45分から  
来館にて参加費を添えて申込みください  
※おつりの無いようにご用意ください。



※申し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。

## 講座・イベントの【申込み・参加】について

### ■申込み■

- \*大阪市内在住の60歳以上の方であれば、誰でもお申込みいただけます。(事前に利用証の作成が必要)
- \*参加費のかからないものについては、お電話にて仮予約ができます(後日来館のうえ本申込みが必要)
- \*申込みは先着順で、申込み開始日の9時45分に来館されている方が最優先となります。
- (ただし、バスツアーなどについては抽選になることもあります)
- \*申込みで来館の際は、利用証をご持参ください。
- \*参加費を添える申込みは、お釣りのないようお願いします。

### ■参加■

- \*受付は、開始前おおむね20分前から行います。
- \*参加票を回収しますので必ずご持参ください。
- \*手指消毒・検温にご協力をお願いします。
- \*お席は自由ですが、エアコン使用時は場所により寒暖を感じやすい場所もございます。もう一枚服を羽織るなど、ご自身での調整をお願いします。

※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～

## 第45期 旭区いちょう学園

2月6日・13日・20日・27日 (ともに月曜日)



第45期旭区いちょう学園は、4回連続講座で開催し、内1回は社会見学として、読売新聞大阪本社（北区）に行きました。終了後は、同窓会として（カトレア組）が結成されました。

## ボランティア会議・大阪マラソクリーンアップ大作戦

2月8日 (水)



本ボランティア会議では、次月開催予定である介護予防講習会、普通救命講習会の確認等を行い、終了後は、大阪マラソクリーンアップ大作戦に参加し、センター周辺の清掃活動を行いました。

## 魅力をUPする話し方講座

1月26日・2月9日 (ともに木曜日)

本講座は、フリーアナウンサーの叶桂子さんを講師にお招きし開催しました。「伝えたいことを感じよく話すために」、「スマートで上品な話し方のコツ」をテーマに実践を交えながら教えていただきました。



## 2023国際親善女子車いすバスケットボール大阪大会観戦

2月10日 (金)



本大会は3年振りの開催となり、当日はオランダ代表チームとの対戦を観戦しました。試合前の練習から選手の連携プレーなどに魅了され、試合が始まると両チームへ温かい声援が送られました。

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

## 介護予防講習会

2月15日 (水)



本講習会は、たにぐちクリニック リハビリテーション科さんにご協力をいただき、健康寿命を5年延ばすためのお話と体操を教えてくださいました。

## 旭老センのなんでも相談会

2月21日 (火)

区内3包括支援センター、あさひさんさんオレンジチームにご協力をいただき、月に1度「旭老センのなんでも相談会」を開催しています。

## ～大切な命を守ろう～普通救命講習会

2月28日 (火)



本講座は、旭消防署救急隊の方を講師に招き、職員研修も兼ねて実施しました。前半はDVDを見て一時救命処置の重要性について学び、後半は実際にAEDを使って一人ずつ実技演習を行いました。

# 4月予定表

日	月	火	水	木	金	土
						<b>1</b> 旭シニアサウンズ (い)総務部 城北川柳会 卓球(梟の会) 城北川柳会
<b>2</b> 休館日	<b>3</b> 百歳体操 健美操体験教室 A (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ (い)カトレア	<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) (老)女性部・健康応援部	<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 お花見(中書島) 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 卓球(梟の会)
	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 百歳体操 (老)カラオケ(古市) 健美操体験教室 B (老)カラオケ(中宮) 卓球教室	<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 (老)グランドゴルフ大会 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 健美操体験教室 A (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) (老)女性部 なんでも相談会	<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	<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 笑いヨガ (老)連長会	<b>22</b> 旭シニアサウンズ 卓球(梟の会) ボウリング大会
	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> 百歳体操 (老)カラオケ(古市) 健美操体験教室 B (老)カラオケ(中宮) 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	<b>26</b> 百歳体操 トレーニング 楽しい手話体験教室 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	<b>27</b> 百歳体操 なかよしヨガ 新舞踊(はるの会) 旭ウエルネスダーツの会 書道(桜)(ふじ)	<b>28</b> 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 音楽療法
<b>30</b> 休館日	※現時点(3/20)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。					