

# 城東区老人福祉センターだより

## 2023年

# 8月号



QRコード読み取り

〒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



## 盆踊り大会

《とき》8月18日(金) 午後1時~4時頃

《場所》城東区民センター ホール

※事前申し込み不要

みんなで楽しく踊りましょう♪

全員参加のくじびき大会もあります。ぜひお越しください!



## バレリーナ気分でエクササイズ

バレエの要素を取り入れた、イスに座ってできる体操です。

バレリーナ気分楽しく身体を動かしましょう♪

《とき》8月24日(木) 午後1時30分~3時

《場所》城東区老人福祉センター大広間

《講師》清水 千修子さん

(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(先着) 《持物》飲み物

※動きやすい服装、靴でお越しください。

《申込》8月3日(木) 午前10時より

ご本人様が来館にて受付



## ふれあいシアター

★とき★8月9日(水)・15日(火)・  
22日(火)・31日(木) <全4回>  
午前10時~

★場所★城東区老人福祉センター大広間  
(22日のみ多目的室)

★対象★利用証をお持ちの方

★費用★無料 ★申込★不要

色々なビデオを上映します。  
お楽しみに!!



7月7日(金)

第19回館長杯 卓球大会



A級

【優勝】入谷 忠義さん・宮崎 浩枝さん

【準優勝】豊田 清さん・上田 淳子さん

【3位】小田 峯男さん・日住 範子さん

【敢闘賞】松下 重成さん・横山 久子さん

B級

【優勝】林田 國昭さん・竹山 しず子さん

【準優勝】安野 政信さん・廣橋 美穂子さん

【3位】永見 謙次さん・室山 信子さん

【敢闘賞】山下 征男さん・小川 真砂子さん



おめでとうございます



### 熱中症に注意!!

のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を  
しましょう。入浴前後や起床後もまずは水分  
補給を!!

帽子をかぶる、日傘をさすなど直射日光をよ  
ける。また室内でもエアコンを使用するなど  
をして熱中症には気をつけましょう。

8月の介護予防ヨガ体操は…

8月28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





# 8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										
					1		2		3		4		5											
娯楽室	<div style="border: 2px dashed orange; padding: 5px;"> <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>  </div>		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～ 城東ヨガ④		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					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		10:30～ 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 <del>13:00～ 社交ダンス</del>									
講習室					★フリースペース メンバー常設				13:00～ 俳句 もくれん会		10:00～ 手芸同好会		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 メンバー常設									
	6	7	8	9	10	11	12	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>休館日</span> <span>休館日</span> </div>																
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	13:00～ すみれ組 15:30～ 元気体操		10:00～ おもちゃ病院研 修会				15:30～ 元気体操									10:00～ 手話 サークル		13:30～ 城東ヨガ④		13:00～ オムネ ダック				
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 昭和歌謡で踊 ろう		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									ふれあいシアター 		13:00～ 民謡教室		<del>10:00～ 歌声サロン</del>		10:00～ 卓球		
講習室	★フリースペース メンバー常設		★フリースペース メンバー常設															ハンドタイム  15:30～ 百歳体操コスモス		★フリースペース メンバー常設				
	13	14	15	16	17	18	19	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>休館日</span> <span>休館日</span> </div>																
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	13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操		13:30～ 城東ヨガ④		15:30～ 元気体操											<b>盆踊り大会</b>  		13:00～ おもちゃ病院		13:00～ おもちゃ病院				
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		ふれあいシアター 		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		10:30～ 健康体操		15:30～ 百歳体操 コスモス		10:00～ 卓球
講習室	★フリースペース メンバー常設		★フリースペース メンバー常設		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				★フリースペース メンバー常設				
	20	21	22	23	24	25	26	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>休館日</span> <span>休館日</span> </div>																
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	15:30～ 元気体操		ふれあいシアター 		15:30～ 元気体操		10:00～ 手話 サークル									13:30～ 城東ヨガ④		10:00～ フォーク 会議		15:30～ 元気体操		13:00～ オムネ ダック		
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		お誕生会 									バレー→気分エクササイズ  15:30～ 百歳体操コスモス		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 メンバー常設		★フリースペース メンバー常設				控室									控室		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 メンバー常設		
	27	28	29	30	31	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>休館日</span> <span>休館日</span> </div>																		
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	13:30～ 健康太極拳 15:30～ 元気体操				 館長杯 囲碁・将棋大会									15:30～ 元気体操		13:00～ 絵画同好会								
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		13:30～ 介護予防ヨガ 体操											15:30～ 百歳体操 コスモス		ふれあいシアター 		15:30～ 百歳体操 コスモス						
講習室	★フリースペース メンバー常設		★フリースペース メンバー常設																					

※8月18日(金)は盆踊り大会のため、サークル活動はありません。お間違えのないようお願いいたします。

## 8月お誕生会

見学は  
申込不要



<毎月第4水曜日・大広間>  
 ◇8月23日(水)午後1:30～  
 ●8月生まれの方  
 申込期間:8月1日(火)～8月19日(土)  
 ※友情出演の方は、先着5名(組)とさせていただきます。

当センターをご利用の際は、  
 利用証のご提示をお願いします。  
 初めの方は、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。

## ～6月の事業報告～

★ご参加ありがとうございました★  
**エキスパートに  
 ベーパークワイリング講座  
 出かけよう!**

### 韓国語体験講座

ハングル語の基礎や、韓国の伝統などを教えていただきました。

### 夏にピッタリの写真立てを作りました。

可愛い金魚の飾りが出来上がりました。

### 観覧車に乗り、昼食をみんなで食べました。

