

旭区老人福祉 センターだより

9月号



旭区森小路 2-5-29 ☎06-6955-1377



asahiroufuku@aurora.ocn.ne.jp

《指定管理者》社会福祉法人リバルタ

※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。

令和5年度第12回大阪880万人訓練

令和5年度『大阪880万人訓練』は、9月1日(金)に一斉に実施されます。

『大阪880万人訓練』は、南海トラフ巨大地震・津波の発生を想定して、エリアメール、緊急速報メールの配信などにより、大阪府内の皆さんに訓練として災害情報を伝達するもので、今回で12回目となります。今回は、13時30分に地震が発生、13時33分頃に大津波警報が発表されたとの想定で訓練が実施されます。訓練に合わせて、大阪府域にある携帯電話に向けて緊急地震速報メール、エリアメールが配信される予定です。



【9月は「高齢者セーフティネット強化月間」です！】

大阪市消防局では、高齢者を火災や住宅内事故などから守るため、敬老の日を含む一か月間を「高齢者セーフティネット強化月間」と定められています。期間中、消防職員が高齢者宅を訪問し、火災予防やご自宅内での転倒・転落防止についての説明を行います。また、救命講習を合わせて実施するなど、高齢者が安全・安心して暮らせるための様々な取り組みを重点的に実施されます。

旭区老人福祉センターにおきましても、この期間に合わせ、8/29(火)に「～大切な命を守ろう～普通救命講習会」、9/15(金)に「高齢者のための防災講座」を実施します。詳細は、センターだより、館内のチラシ、HPにてご確認ください。皆様の積極的なお申込み・ご参加をお待ちしております。

【あさひ川柳友の会】『切る』
研ぎ立ての包丁うれしトマト切る

小林
柁香

【城北川柳会】『自由吟』
鯉の皮冷酒二合の暑氣払い

植野
繁子

今月の作品



9/3(日)~9/9(土)は「救急医療週間」です

救急安心センターおおさか

突然の病気やケガで救急車を呼ぶかどうか迷ったときは、「救急安心センターおおさか」に電話をしましょう。24時間365日、救急医療相談や救急病院を案内してくれます。



☎#7119 または、06-6582-7119

今月(9月)の《旭老センのなんでも相談会》・《あさひふくろうカフェ》は、9月19日(火)に開催します。

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。

高齢者のための防災講座 火事を知り、火災から身を守る！ ～シルバー人材センター説明会～

- と き 9月15日(金) 13時30分～15時
- ところ 旭区老人福祉センター3階 会議室
- 講師 大阪市消防局 予防課 火災調査官
- 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 30名程度(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 普段の生活の中に潜む火災危険について火災調査官が語ります！

- 申込み 8月8日(火) 午前9時45分から
来館・電話にて



- と き 9月8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 (公社)大阪市シルバー人材センター職員

- 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名程度(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 シルバー人材センターとは？
どんな仕事があるの？ 登録方法など…

- 申込み 8月5日(土) 午前9時45分から
来館・電話にて



健康教育講座&結核定期健康診断 7月・8月・9月 お誕生日会

- と き 9月27日(水) 13時30分～16時頃
- ところ 旭区老人福祉センター3階 会議室
- 講師 大阪市保健所 感染症対策課 保健師
- 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 30名程度(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 *健康教育講座
*問診後、レントゲン撮影



- 申込み 8月29日(火) 午前9時45分～
来館・電話にて

- と き 9月29日(金) 13時30分～15時(予定)
- ところ 旭区老人福祉センター3階 多目的室
- 対象 大阪市内在住の60歳以上の方(利用証をお持ちの方)で、7月・8月・9月生まれの方
- 定員 20名程度(申込み先着順・来館者優先)
- 費用 無料
- 内容 ①記念撮影 ②舞台発表見学



- 申込み 9月5日(火) 午前9時45分～
来館・電話にて

～飛鳥の巨石文化、造形に隠された謎をアーティストが妄想爆裂で探って観る～

- 1回目 10月21日(土) 14時～15時30分
【講座】～基本の飛鳥を観ながら…いろいろと探って観る～ 【場所】 旭区老人福祉センター 3階会議室
【講師】 関本 徹生 氏(アーティスト・元京都造形芸術大学教授)

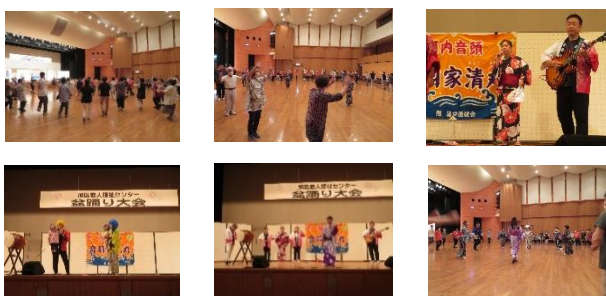
- 2回目 10月26日(木) 8時30分集合・出発～17時頃解散予定
【バスツアー】～地形を観ながら…いろいろと探って観る～
【講師】 関本 徹生 氏(アーティスト・元京都造形芸術大学教授)

- 参加費 4,000円 ■対象 大阪市内在住の60歳以上の方(利用証をお持ちの方) ※2回連続参加が条件
■定員 30名(申込み先着順) ■申込み 10月5日(木) 午前9時45分より参加費を添えて来館にて



～事業報告～

7/1 (土) 旭区老人福祉センター盆踊り大会



盆踊り大会は、河内音頭の音羽会様、(株)まほらま様にご協力をいただき開催しました。
当日は天候の悪い中、約130名の方が参加していただき、「みんな元気に輪になって」踊りました。

7/11 (火) 介護予防講習会

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

本講習会は、医療法人 清翠会 牧病院 デイケアセンターさんにご協力をいただき、フレイルとサルコペニアについて詳しく教えていただきました。



7/18 (火) 旭老センのなんでも相談会&あさひふくろうカフェ



本相談会は、月に一度皆さまのお困りごとなどの相談を受け付けております。同時にボランティアさんにご協力をいただき、あさひふくろうカフェを開催しています。

7/26 (水) サテライト事業 (太子橋地域)



7/28 (金) サテライト事業 (清水地域)



本事業は、千成ヤクルト販売(株)さんにご協力をいただき、太子橋地域・清水地域に出向いて、健康長寿を延ばすためにできる生活のひと工夫などを詳しく教えていただきました。

7/4 (火)・11 (火)・18 (火)・25 (火) eスポーツ体験講座



本講座は、大阪市福祉局が今年度実施予定の「eスポーツ体験講座」事業の推進にあたり、モデル事業として実施させていただきました。普段ゲームに馴染みのない方たちでも皆と一緒に楽しくゲームを行うことにより、新しいコミュニティが生まれる場となりました。

7/12 (水) ボランティア会議

ボランティア会議は、毎月第2水曜日に実施しています。

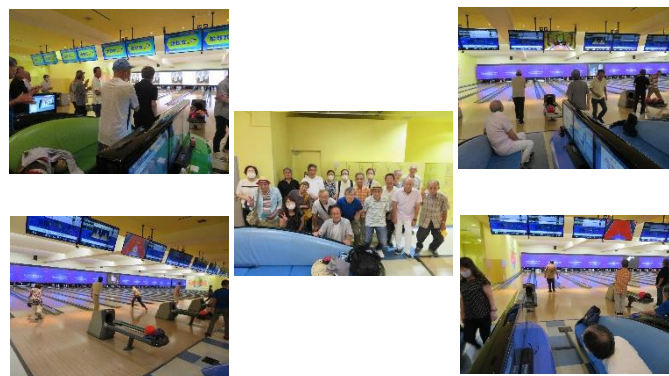
7/24 (月) アロマオイルで虫よけスプレー&芳香剤を作ろう!



本講座は、大阪市北区天神橋にあります北天神薬局さんにご協力をいただき開催しました。
アロマオイルを使って体に優しい虫よけスプレーと、保冷剤とアロマオイルでお好みの芳香剤を作りました。

7/29 (土) 旭区老人福祉センターボウリング大会

旭区老人福祉センターボウリング大会も今回で第6回目となり、参加者同士のコミュニティが生まれ、ハンデ戦により順位付けを行ったことにより、開催当初と比べ個々のレベルアップが見られます。



9月予定表

日	月	火	水	木	金	土	
		<p>高齢者の熱中症を防ぐポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ●こまめに水分補給をする ●暑いときには無理をしない ●涼しい場所・施設を利用する ●部屋の温度を測る ●緊急時・困った時の連絡先を確認する ●シャワーやタオルで身体を冷やす ●部屋の風通しを良くする ●エアコン・扇風機を上手に使用する ●涼しい服装をする  <p>引用:環境省総合環境政策局環境保健部 環境安全課、熱中症 ~思い当たることはありませんか?~</p>				<p>1</p> <p>カラオケ(カナリア) 旭懐メロ倶楽部</p> <p>詩吟倶楽部 民謡サークル</p>	<p>2</p> <p>旭シニアサウンズ 城北川柳会 (い)総務部 椅子ヨガ</p> <p>城北川柳会 卓球(梟の会)</p>
3 休 館 日	<p>4 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ (い)カトレア 卓球教室</p>	<p>5 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(大宮) コーラス (むつみ・すみれ会)</p>	<p>6 百歳体操</p> <p>トレーニング 手話サークルファンファン</p> <p>卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) あさひ詩吟同好会</p>	<p>7 百歳体操</p> <p>にこにこヨガ 新舞踊(はるの会) 書道(書友会) 旭ウエルネスダーツクラブ 【高齢者福祉大会】</p>	<p>8</p> <p>絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法</p> <p>音楽療法</p> <p>シルバー人材センター説明会</p>	<p>9</p> <p>旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)</p>	
	<p>10 休 館 日</p>	<p>11 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) 卓球教室</p>	<p>12 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(大宮) (い)女性部 おりづるの会</p>	<p>13 百歳体操</p> <p>トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) ボランティア会議</p>	<p>14 百歳体操</p> <p>なかよしヨガ 新舞踊(はるの会) 旭ウエルネスダーツクラブ 書道(桜)(ふじ)</p>	<p>15</p> <p>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 (老)連長会 防災講座</p>	<p>16</p> <p>旭シニアサウンズ 椅子ヨガ 卓球(梟の会) (い)向日葵</p>
17 休 館 日	<p>18 休 館 日</p>	<p>19 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(大宮) コーラス (むつみ・すみれ会) なんでも相談会&カフェ</p>	<p>20 百歳体操</p> <p>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</p>	<p>21 百歳体操</p> <p>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)</p>	<p>22</p> <p>絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 音楽療法</p>	<p>23 休 館 日</p>	
	<p>24 休 館 日</p>	<p>25 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(古市) (老)カラオケ(中宮) ハワイアンフラ (い)紫陽花 卓球教室</p>	<p>26 百歳体操</p> <p>(老)カラオケ(大宮) おりづるの会</p>	<p>27 百歳体操</p> <p>トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) 結核定期健康診断</p>	<p>28 百歳体操</p> <p>なかよしヨガ 新舞踊(はるの会) 旭ウエルネスダーツクラブ 書道(桜)(ふじ)</p>	<p>29</p> <p>お誕生日会</p>	<p>30</p> <p>旭シニアサウンズ 卓球(梟の会)</p>