

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

《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

令和6年度より、5年間指定管理者を受託いたしました。引き続き、よろしくお願いいたします。

令和6年4月より、5年間、社会福祉法人リベルタが旭区老人福祉センターの指定管理者業務を受託することとなりました。引き続きよろしくお願いいたします。

また、4月より北井職員が城東区老人福祉センターへ転勤となりました。

8年間、いろいろお世話になりありがとうございました。

新たに、前職員が旭区老人福祉センターに配属され、館長の今井、職員の松尾・前・歴舎の4名の新体制で頑張りますので、今後とも何卒宜しくよろしくお願いいたします。

人気のイベント・行事

お花見

日本人のみならず、外国人観光客にも人気なのがお花見です。桜並木を散歩するだけでもウキウキしますよね♪お花見は奈良時代に貴族が梅の花を觀賞していたことに由来すると言われています。古来の日本では梅が神聖な木として扱われていました。桜を愛でるようになったのは平安時代以降からだそうです。

[大和さんのサイト引用]

利用証の年度更新をお願いします！

4月より新年度（2024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。

年度更新手続きにつきましては、4月1日（月）以降に、旭区老人福祉センター事務所窓口まで更新の手続きにお越しください。

住所・電話番号・緊急連絡先に変更がある方は、更新の際に必ずお知らせください。

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。

よろしくお願いいたします



※利用証をお持ちでない方は、ご本人様の確認ができる書類を持って事務所までお越しください。

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。



今月の作品

【あさひ川柳友の会】「甘い」
現実には甘くないのに夢を見る

岩田 靖子

【城北川柳会】「自由吟」
退院日わたくしだけの虹が立つ

大内 朝子

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…(★申込みの際は、利用証を忘れずに!★)

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。

カラダは食べた物からできている ～元気な人生100年のためのヒント～

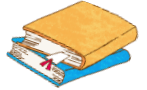
- と き 4月22日(月) 13時30分～14時30分
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- 講 師 (株)明治 関西支社 食育担当
- 対 象 大阪市内在住の60歳以上の方
(利用証をお持ちの方)
- 定 員 25名(申込み先着順)
- 費 用 無 料
- 内 容 「栄養・運動・口腔ケアのお話」
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 4月5日(金) 午前9時45分から
来館・電話にて



※申し込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

音読講座 声を出して元気UP ～サトウハチローの詩『おかあさん』を読もう～

- と き 4月26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 フリーアナウンサー
叶 佳子さん
- 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 読む楽しさや、音読が老化防止になることを学びます。
- 申込み 4月5日(金) 午前9時45分から
来館・電話にて

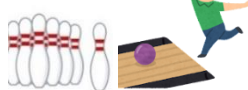


※申し込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

第9回旭区老人福祉センター『おもしろい古代史シリーズ やりますよ!』 ボウリング大会

～古事記を中心に日本神話とは何か?を探ってみよう～

- と き 4月27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)
参加費は現地にてお支払い頂きます。
(おつりのない様をお願いします)
- 申込み 4月1日(月) 午前9時45分から
来館・電話にて申込みください。



※申し込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

- と き 5月11日・7月13日・9月14日・
11月9日・2025年1月11日・3月8日
いずれも(土) 14時～15時30分 全6回
- ところ 旭区老人福祉センター 3階 会議室
- 講 師 元京都造形芸術大学教授
関本 徹生さん
- 対 象 大阪市内在住の60歳以上の方
- 定 員 25名(申込み先着順)
- 費 用 資料代3,000円
(1回につき500円×6回)
(おつりのない様をお願いします)
- 申込み 4月10日(水) 午前9時45分から
来館にて申込みください。



※申し込みはご本人に限りません。代理の方が申し込むことはできません。

※講習会受講希望者に、『郵送・電話・メールでの受講案内』を行っております。【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～

1/16 (火) 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。

1/30(火)第2回利用者連絡会



本連絡会は、各自主サークル・いちょう学園同窓会・旭区老人クラブ連合会のカラオケサークル・女性部の代表者にお集まりいただき、「老人福祉センターの利用方法」「自主サークルの登録」「年間行事」「自主サークル活動の報告やアンケート結果」などについて報告やご意見を聞かせていただきました。

1/23 (火) 音楽健康体操～『うたと音楽』のチカラ～



本講座は、(株)近畿第一興商の方を講師に、歌と音楽を中心とした様々なコンテンツで、脳トレ・イントロクイズ・筋力アップ運動・有酸素運動・口腔体操などを教えていただきました。

2/13(火)介護予防講習会 (高齢者の心不全)

旭区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業



1/25 (木) お茶を楽しむ会



本講座は、4年ぶりの開催となり、当センター利用者の池田宗善(総子)さんを講師に招き、お茶会に参加する際の礼儀作法や、お茶、お菓子のいただき方などを細かく教えていただきました。

本講習会は、社会医療法人 ONE FLAG 牧病院の理学療法士を講師にお招きし、「心不全」の原因となる病気や普段の生活で、心不全を悪くするきっかけはどんなことかなどを詳しく説明していただきました。合わせて介護予防体操を行う前の「ウォーミングアップ体操」なども教えていただきました。

2/14(水)大阪マラソン"クリーンUP"作戦

本事業は、大阪マラソン"クリーンUP"作戦への参加として、旭区老人福祉センターの周辺地域の掃除を行いました。



1/26(金)高齢者の料理教室 手巻き寿司で節分を迎えよう!



本料理教室も、4年ぶりの開催となり、料理研究家の播賢知さんを講師にお招きし、節分の料理の意味や由来などを教えていただき、巻き寿司・いなり寿司・えのき茸と蒲鉾のワサビ醤油和え・豆腐とわかめの赤だしを楽しくワイワイ言いながら作りました。

2/18(日)スリーアイズ各区対抗大会



大阪市、大阪市スポーツ推進委員協議会が主催するスリーアイズの大会に、旭区の代表として、老人福祉センターが出場いたしました。24チーム中6位の成績をおさめ、楽しく参加することができました。

※(い)…いちよう学園同窓会
(老)…老人クラブ

4月予定表

2024年3月25日現在の予定

旭区老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
	1 百歳体操 ハワイアンフラ (い)カトレア 卓球教室	2 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) 大阪城公園でお花見 コーラス (むつみ・すみれ会) (老)女性部	3 百歳体操 トレーニング 手話サークル 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) あさひ詩吟同好会	4 百歳体操 にこにこヨガ 旭ウエルネスダーククラブ 新舞踊(はるの会) 書道(書友会)	5 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	6 旭シニアサウンス音楽クラブ 椅子ヨガハート 城北川柳会 (い)総務部 城北川柳会 卓球(梟の会) カラオケ(カナリア)
7 休館日	8 百歳体操 (老)カラオケ(古市) 卓球教室	9 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) おりづるの会	10 百歳体操 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	11 百歳体操 なかよしヨガ 旭ウエルネスダーククラブ 新舞踊(はるの会) 書道(桜・ふじ)	12 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 音楽療法 利用者連絡会	13 旭シニアサウンス音楽クラブ 卓球(梟の会) カラオケ(カナリア)
14 休館日	15 百歳体操 ハワイアンフラ 卓球教室	16 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 ふくろうカフェ	17 百歳体操 トレーニング 手話サークル 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ) あさひ詩吟同好会	18 百歳体操 にこにこヨガ あさひ川柳友の会 旭ウエルネスダーククラブ 新舞踊(はるの会) 書道(書友会)	19 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)三役会・連長会	20 旭シニアサウンス音楽クラブ 椅子ヨガハート (い)定期総会 卓球(梟の会)
21 休館日	22 百歳体操 (老)カラオケ(古市) カラダは食べた物からできている 卓球教室	23 百歳体操 (老)カラオケ(大宮) おりづるの会	24 百歳体操 トレーニング 卓球(梟の会) 太極拳(あざみ)	25 百歳体操 なかよしヨガ 旭ウエルネスダーククラブ 新舞踊(はるの会) 書道(桜・ふじ) 生きがい推進会議	26 絵手紙(旭ポストカード会) 音楽療法 音楽療法 音読講座	27 旭シニアサウンス音楽クラブ 卓球(梟の会) カラオケ(カナリア) ボウリング大会
28 休館日	29 休館日	30 百歳体操 (老)カラオケ(大宮)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">①QRコードを読み取り、アドレスをタップする ②希望の講座をタップし、チラシをダウンロードする</div> スマホ・タブレットで イベント・講座案内が見れます			

