

城東区老人福祉センターだより

2024年
10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



食中毒に気をつけよう

秋は食中毒が増える時期です！

食中毒を防ぐには、



細菌を食べ物に「つけない」

付着した細菌を「増やさない」

食べ物や調理器具に付着した

細菌を「やっつける」ことが大切です。

■食中毒予防の3原則



レッドハリケーンズ大阪の選手と

お家でできる簡単ストレッチ

- ◆日時 10月9日(水) 午前10時30～11時30分
- ◆場所 城東区老人福祉センター 大広間
- ◆内容 選手と一緒に楽しくストレッチ体操
- ◆講師 レッドハリケーンズ大阪(選手)
- ◆対象 大阪市内在住の60歳以上の方(利用証をお持ちの方)
- ◆費用 無料 ◆定員 20名(申込み先着順)
- ◆申込み 9月25日(水) 午前9時45分から
ご本人が来館にて

高齢者のための交通安全教室

- ◆日時 10月29日(火) 午後1時30～2時30分
- ◆場所 城東区老人福祉センター 大広間
- ◆内容 高齢者の関連する交通事故の特性について
- ◆講師 城東警察署 交通課
大阪府警本部 交通安全教育班
- ◆対象 大阪市内在住の60歳以上の方(利用証をお持ちの方)
- ◆費用 無料 ◆定員 20名(申込み先着順)
- ◆申込み 10月7日(月) 午前9時45分から
ご本人が来館にて



今日からはじめよう

「音読で脳力アップ！」



- ◆日時 10月29日(火) 午前10時30分～12時
- ◆場所 城東区老人福祉センター 多目的室
- ◆内容 芥川龍之介の「蜘蛛(くも)の糸」を読む
- ◆講師 フリーアナウンサー 叶 桂子 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)
- ◆費用 無料 ◆定員 16名(申込み先着順)
- ◆申込み 10月7日(月) 午前9時45分から
ご本人が来館にて



大阪弁護士会館見学と裁判傍聴

- ◆日時 10月30日(水) 午前9時15分集合出発
- ◆場所 大阪弁護士会館・大阪地方裁判所
- ◆内容 弁護士会館の見学と裁判傍聴
- ◆対象 大阪市内在住の60歳以上の方(利用証をお持ちの方)
- ◆費用 60円(保険代・写真代) ※交通費は自己負担
- ◆定員 18名(申込み先着順)
- ◆申込み 10月8日(火) 午前9時45分から



10月 お誕生会 (10月生まれの方)

《毎月第4水曜日》10月23日(水)午後1時30分
申込み期間:10月1日(火)～19日(土)



※友情出演の方は5組までとさせていただきます。

ふらっとカフェは、

10月4日(金) 午後1時～

●参加費: 100円(お菓子・飲み物) ●場所: 多目的室

介護予防ヨガ体操は、10月28日(月) 午後1時30分～

●参加費: 300円(当日支払) ●場所: 大広間



10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		
多目的室	★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。		1		2		3		4		5					
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			13:30～ 城東ヨガ④		10:00～ ペン字 サークル				13:00～ 絵画同好会		10:00～ ふらっとカフェ 		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 15:30～ 元気体操		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		13:00～ 社交ダンス 15:30～ 元気体操	
講習室			★フリースペース ・バンパー常設				13:00～ 俳句 もくれん会		10:00～ 手芸同好会		13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン		13:00～ ウエルネス ダーツ	
	6		7		8		9		10		11		12			
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	休館日				13:00～ 水墨画教室				13:30～ 城東ヨガ④		10:00～ フォーク 会議		12:30～ オカリナ サークル			
大広間			10:00～ 百歳体操 さくら		13:30～ 歌体操 15:30～ 元気体操		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		10:30～ レッドハリケーン ズヒストレッチ		15:30～ 元気体操		10:00～ 歌声サロン	
講習室			★フリースペース ・バンパー常設		★フリースペース ・バンパー常設						13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン		13:00～ ウエルネス ダーツ	
			13		14		15		16		17		18		19	
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	休館日				13:30～ 城東ヨガ④				12:30～ 城東俳句会		13:00～ 絵画同好会		12:30～ オカリナ サークル		13:00～ おもちゃ病院	
大広間			10:00～ 百歳体操 さくら		13:30～ 歌体操 15:30～ 元気体操		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		10:00～ フォーク ダンス		13:30～ 3B体操 15:30～ 元気体操		10:30～ 健康体操	
講習室			★フリースペース ・バンパー常設		★フリースペース ・バンパー常設		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		13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン	
			20		21		22		23		24		25		26	
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	休館日		10:00～ 絵手紙 サークル		13:00～ すみれ組		13:00～ 水墨画教室				13:30～ 城東ヨガ④		10:00～ フォーク 会議			
大広間			10:00～ 百歳体操 さくら		12:30～ カラオケサークル 15:30～ 元気体操		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 準備		お誕生会 15:30～ 元気体操		15:30～ 百歳体操 コスモス	
講習室			★フリースペース ・バンパー常設		★フリースペース ・バンパー常設				控室		13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン		13:00～ ウエルネス ダーツ	
			27		28		29		30		31		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。初めてのの方は、ご本人様確認書類(生年月日が記載されているもの)をご持参のうえ、事務所までお越しください。			
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋							
多目的室	休館日				10:30～ 音読講座		弁護士会館見学									
大広間			10:00～ 百歳体操 さくら		13:30～ 介護予防ヨガ体操 15:30～ 元気体操		13:30～ 交通安全教室 15:30～ 百歳体操コスモス		15:30～ 元気体操		13:00～ チーズセミナー 15:30～ 百歳体操コスモス					
講習室			★フリースペース ・バンパー常設		★フリースペース ・バンパー常設				13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン					

～8月・9月の事業報告～

8月2日(金) 盆踊り大会

スギタクレストホールにて、盆踊り大会を開催しました。後半は河内音頭の音羽会さんをお迎えして大変盛り上がりしました。



★ふれあいシアター★

8月20日(火)午前10時～
8月22日(木)午前10時～
8月23日(金)午後1時～
8月27日(火)午後1時～
8月29日(木)午前10時～(中止)
上記の日程で、『ふれあいシアター』を開催させていただきました。

※8月29日(木)については、台風10号接のため中止となりました。

9月4日(水) 終活講座

りそな銀行営業サポート統括部(大阪)の方を講師にお招きし、相続・遺言・エンディングノート等について学びました。



8月16日(金)

ふらっとカフェを開催しました。

8月28日(水)

8月お誕生会

台風10号接近のため、中止となりました。9月と合同開催します。

事業報告