

城東区老人福祉センターだより

2025年

3月号



〒536-8510 大阪市城東区中央 3-5-45 QRコード読み取り
TEL:(06)6932-0017
FAX:(06)6934-8340
《指定管理者》 社会福祉法人 リバelta



2024年度 作品展



【日 時】 3月7日(金) 午前10時～午後3時
【場 所】 城東スギタクレストホール(城東区民センター)
【対 象】 ★作品の出展⇒利用証をお持ちの方
★見学 ⇒どなたでも(入場無料)

★当日は、会場内で eスポーツ(10:00～11:30)、
なんでも相談会(13:00～14:30)を実施しています。
★作品展開催にあたり、ボランティアを募集しています。前日、当日にお手伝いしていただける方は事務所迄お声かけください。

今から考える終活 ～遺品整理の基本と準備～

- ◆日 時 3月5日(水) 午後1時30分～2時30分
- ◆場 所 城東区老人福祉センター 多目的室
- ◆内 容 遺品整理の基本と準備
(男性の参加も大歓迎!)
- ◆講 師 (株)ベストサーブ 中 溪志 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 20名(申込み先着順)
- ◆申込み 2月17日(月) 午前9時45分～来館にて



チョコレートセミナー

～チョコレートの世界へようこそ～



- ◆日 時 3月27日(木) 午後1時～2時
- ◆場 所 城東区老人福祉センター 大広間
- ◆内 容 原料となる「カカオ」の生産やチョコレートの製造、歴史、栄養価などについて学びます。(試食あり)
- ◆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)
(男性の参加も大歓迎!)
- ◆費 用 無 料
- ◆定 員 30名(申込み先着順)
- ◆申込み 3月1日(土) 午前9時45分～来館にて



2025年度利用証更新手続きにあたって

4月1日(火)より、2025年度の利用証の更新を行います。
4月以降センターに来られた際は、窓口にて利用証の更新手続きをお願いします。その際気をつけていただきたい点があります。

- ① ご自身、緊急連絡先の方の【住所】・【連絡先】(携帯番号)などは変わっていませんか？
- ② 緊急連絡先は記入されていますか？



緊急連絡先は、万が一の場合に備えて、必ずご記入をお願いしております。携帯電話をお持ちの方は、携帯電話番号の登録をお願いします。

3月 お誕生会 (3月生まれの方)

《毎月第4水曜日》3月26日(水)午後1時30分～

申込み期間:3月1日(土)～3月22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、3月21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、3月24日(月) 午後1時30分～

●参加費: 300円(当日支払) ●場所: 大広間



健康コラム

「花粉症シーズンの健康管理」

花粉症は高齢者にも影響を与えます。外出時にはマスクやメガネを活用して花粉を防ぎ、室内では換気や掃除で空気を清潔に保ちましょう。鼻や喉のケアも怠らず、必要に応じて医師のアドバイスを受けることも重要です。



