

城東区老人福祉センターだより

2025年

4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



はじめてのパッチワーク教室

- ◆日時 4月30日(水)・5月14日(水)
2回連続教室 ともに午前10時~11時30分頃
- ◆場所 城東区老人福祉センター 多目的室
- ◆内容 スマートフォンショルダーの作成
- ◆講師 上田 登禧子 さん (作品イメージ)
- ◆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 1,900 円※材料調達のため、4/21(月)以降のキャンセル返金不可
- ◆定員 20名(申込み先着順) (男性の参加も大歓迎!)
- ◆申込み 3月18日(火) 午前9時45分から
参加費を添えてご本人が来館にて



薬剤師 YouTuber と学ぶ! ジェネリック医薬品の正しい知識

- ◆日時 4月24日(木) 午後1時~2時30分
- ◆場所 城東区老人福祉センター 大広間
- ◆内容 ジェネリック医薬品の正しい知識
- ◆講師 古武 幸之助 さん
★薬剤師 YouTuber ★nanacara 薬局 薬局長
- ◆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) (男性の参加も大歓迎!)
- ◆申込み 4月7日(月) 午前9時45分から
ご本人が来館にて



大阪城お花見クルーズ 桜並木を巡る春の限定コース

- ◆日時 4月8日(火) 午前11時45分 **雨天決行**
城東区役所1階エレベーター前集合(時間厳守)
- ◆行先 大阪城周辺の水上クルーズ (アクアライナー)
- ◆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 2,040 円(乗船料・保険代・写真代)・交通費等は自己負担
※4/1(火)以降のキャンセル返金不可
※昼食はついていません。予め済ませてからご参加ください。
- ◆定員 20名(申込み先着順) (男性の参加も大歓迎!)
- ◆申込み 3月19日(水) 午前9時45分から
参加費を添えてご本人が来館にて

4月 お誕生会 (4月生まれの方)

《毎月第4水曜日》4月23日(水) 午後1時30分~
 申込み期間:4月1日(火)~4月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、4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、4月28日(月) 午後1時30分~

- 参加費: 300円(当日支払) ●場所: 大広間



2025年(5月~10月)【健康麻雀】参加者の募集について

2025年(5月~10月)の健康麻雀参加者について下記の通り募集します。現在参加されている方も新たに応募してください。

初心者・経験者 募集人数 【初心者】60名・【経験者】50名 ともに一定数を超えた場合は、抽選とします。

麻雀実施日 基本、(毎週木曜日の午後)と、(金曜日の午前)になり、月ごとに変ります。 **応募期間** 3/24(月)~4/7(月)

★お申し込みは、利用証をお持ちのご本人様に限ります★ お持ちでない方は事務所まで

麻雀未経験者 麻雀未経験者の方の勉強会を実施します。定数を超えた場合は、抽選により決定します。

募集人数 両日とも参加可能な方 16名 **実施日** 5月13日(火)・14日(水) 午後1時~4時(2回連続) **応募期間** 3/24(月)~4/7

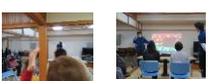


健康コラム 「春の新生活ストレスと心の健康」

春は新年度の始まりで環境が変わることも多く、心の健康にも影響を及ぼすこともあります。焦らずに自分のペースで新しい変化に対応しましょう。家族や友人との交流を大切に、気軽に悩みを共有することもストレス軽減につながります。



4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																												
	利用証の更新について				1		2		3		4		5																													
娯楽室	4月1日(火)より利用証の更新手続きを行います。 4月以降にセンターにお越しの際は窓口にて利用証の更新をお願いします。緊急連絡先は、万が一の場合に場合に備えて必ずご記入をお願いしております。				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		10:00～ ペン字 サークル				13:00～ 絵画同好会		ふらっとカフェ																													
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		15:30～ 元気体操		10:00～ 卓球																									
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		13:00～ 健康マージャン (経験者)		10:00～ 健康マージャン 初心者		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																									
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		桜クルーズ		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋																													
多目的室					桜クルーズ				13:30～ 城東ヨガ		10:00～ フォーク 会議		12:30～ オカサナサークル		10:00～ 水彩画教室																											
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～ サークル 連絡会		15:30～ 元気体操		10:00～ 13:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 民謡教室 15:30～ 元気体操		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								13:00～ 健康マージャン (経験者)				10:00～ 健康マージャン 初心者				13:00～ ウエルネス ダーツ				★フリースペース メンバー常設																	
	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					13:30～ 城東ヨガ		10:00～ ペン字 サークル		13:00～ 城東俳句会		13:00～ 絵画同好会		12:30～ オカサナサークル		13:00～ おもちゃ病院																											
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		13:00～ 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		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				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 初心者				13:00～ ウエルネス ダーツ				★フリースペース メンバー常設													
	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	10:00～ 絵手紙 サークル		13:00～ すみれ組								13:30～ 城東ヨガ		10:00～ フォーク 会議																													
大広間	10:00～ 百歳体操 さくら		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 準備		お誕生会 準備		13:00～ ジェネリック 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 15:30～ 元気体操		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				お誕生会 控室				13:00～ 健康マージャン (経験者)				10:00～ 健康マージャン 初心者				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		～2月の事業報告～																																	
娯楽室	囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		囲碁・将棋		<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>2025国際親善女子 車いすバスケットボール大会観戦ツアー</p> <p>2月14日(金) 本イベントは、毎年大阪で開催されている国際大会で、今年も皆さんで応援にきました。</p>  </div> <div style="width: 45%;"> <p>～サテライト事業～ (森之宮地域)</p> <p>2月18日(火) 本事業は、(一財)大阪スポーツつどり財団にご協力をいただき、森之宮地域(オレンジサロン)にてeスポーツ体験会を開催しました。</p>  </div> </div>																																	
多目的室							10:00～ パッチワーク 教室																																			
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		10:30～ 笑いヨガ サークル																																					
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																		お誕生会 控室				13:00～ 健康マージャン (経験者)				10:00～ 健康マージャン 初心者				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																																			
娯楽室	東ブロック老人福祉センター交流卓球大会 (生野スポーツセンター)		今日からはじめよう 音読で脳力アップ 申込み多数により第2弾!		今日からはじめよう 音読で脳力アップ 申込み多数により第2弾!		今日からはじめよう 音読で脳力アップ 申込み多数により第2弾!		★ご参加ありがとうございました★																																	
多目的室	<p>2月20日(木) 今年度の卓球大会は、生野スポーツセンターで開催され、団体の部3位、個人の部準優勝に入賞しました。</p> 				<p>2月27日(木) 本講座は、前回開催した時の申し込み数が多数であった為、第2弾として開催しました。</p> 				<p>2月28日(金) 本講座は、大阪市・城東消防署にご協力をお願いいただき開催しました。15名の方が受講し、後日終了証をいただきました。</p> 				<p>2月7日(金) ふらっとカフェ を開催しました。</p>				<p>2月26日(水) 2月お誕生会 を開催しました。</p>																									
大広間	<p>2月13日(木)・17日(月)・18日(火) いきいき百歳体操 作業療法士の平山先生に助言、アドバイスをいただきました。</p>																																									
講習室																																										