

城東区老人福祉センターだより

2025年 8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 リベルタ



城東警察署からのお知らせ



路上での寝込みによる交通事故が急増しています。



運転の際は、進路前方を確認し、ハイビームを活用してください。亡くなられた方の半数以上の方は飲酒が確認されています。

寝込まない！見捨てない！倒れている人がいれば、110・119番通報を！STOP！路上寝込み！

スマホのセキュリティ、スマホで健康管理

～スマホデビューからもう一歩～

- ◆日 時 8月28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 セキュリティと健康管理を中心に体験
- ◆講 師 ソフトバンク(株)
- ◆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 ※スマホは一人一台貸出しします。
- ◆定 員 20名(申込多数抽選) (男性の参加也大歓迎！)
- ◆申込み 8月2日(土)～8日(金)
申込みは午前9時45分～午後5時まで来館にて
※抽選結果は、8月12日(火)以降にロビーに掲示



城東区老人福祉センター盆踊り大会

～“みんな元気に輪になって”楽しく踊りましょう～

- ◆日 時 8月1日(金) 午後1時～3時30分
(開場12時40分)
- ◆場 所 スギタクレストホール(城東区民センター2階)
- ◆申込不要 皆さんふるってご参加ください
※今年は盆踊り終了後にくじ引き大会を実施します。



8月 お誕生会 (8月生まれの方)

《毎月第4水曜日》8月27日(水) 午後1時30分～
申込み期間:8月1日(金)～8月23日(土)
※友情出演の方は5組までとさせていただきます。



今年もやります！ふれあいシアター

今年も色々なビデオを上映します。
日程など、詳細が決まり次第、ロビーに掲示します。
入場無料！申込み不要！

ふらっとカフェは、8月15日(金) 午後1時～

- 参加費: 100円(お菓子・飲み物) ●場所: 多目的室
(男性の参加也大歓迎！)



介護予防ヨガ体操は、8月25日(月) 午後1時30分

- 参加費: 300円(当日支払) ●場所: 大広間



2025年度(11月～4月)【健康麻雀】参加者の募集について

2025年度(11月～4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。

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。応募期間 8/4(月)～8/20(水)

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。抽選結果 9/5(金)以降ロビーに掲示

★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



健康コラム



「夏バテ対策と体力維持」

暑さで食欲が落ちがちな時期ですが、栄養バランスを意識して食事を摂りましょう。冷たいものを摂りすぎず、温かいスープや消化に良い食べ物を取り入れると良いでしょう。また、無理のない程度に体を動かし、体力を維持することも大切です。

8月行事予定表

	日	月		火		水		木		金		土	
部屋名		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
娯楽室	熱中症関連コーナーはご存じですか？ 当センター入口に、熱中症関連コーナーを設けています。					スタッフ！ATMでの携帯電話 あなたのため ATMでの通話はしない ATMでの通話はやめましょう みんなのため ATMでの通話はさせない 携帯電話で通話しながらATMを操作している方を見かけたら、お声かけしていただき、警察に通報してください。				1 囲碁・将棋 盆踊り大会		2 囲碁・将棋	
多目的室	熱中症に関する情報のほか、熱中症(暑さ指数)について 注意・警戒・厳重警戒・危険・【熱中症警戒アラート】 【熱中症特別警戒アラート】まで、その日の最高気温に合 わせて皆さんにわかりやすく掲示させていただいています。												
大広間	センターに来られたら、入り口でチェックしてくださいね。											10:00～ 卓 球	
講習室										10:00～ 健康マージャン 経験者		★フリースペース ・バンバー常設	
	3	4		5		6		7		8		9	
娯楽室	休館日	囲碁・将棋		囲碁・将棋 10:00～ ふれあいシアター		囲碁・将棋 10:00～ ペン字 サークル		囲碁・将棋 10:00～ ふれあいシアター		囲碁・将棋 10:00～ 百歳体操 さくら		囲碁・将棋 10:00～ 水彩画教室	
多目的室				13:30～ 城東ヨガ				13:00～ 絵画同好会		12:30～ オカリナ サークル		10:00～ 卓 球	
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	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～ 民謡教室 15:30～ 元気体操	10:00～ 卓 球	
講習室		★フリースペース ・バンバー常設		★フリースペース ・バンバー常設				13:00～ 俳句 もくれん会	10:00～ 健康マージャン 経験者	13:00～ 健康マージャン 初心者	★フリースペース ・バンバー常設		
	10	11		12		13		14		15		16	
娯楽室	休館日	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～ フォーク 会議		13:00～ おもちゃ病院	
大広間				13:00～ 民謡教室2 15:30～ 百歳体操コスモス		15:30～ 元気体操		10:00～ 歌声サロン	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 ・バンバー常設		★フリースペース ・バンバー常設				13:00～ 健康マージャン 経験者	13:00～ 健康マージャン 初心者	★フリースペース ・バンバー常設			
	17	18		19		20		21		22		23	
娯楽室	休館日	囲碁・将棋		囲碁・将棋 10:00～ ふれあいシアター		囲碁・将棋 10:00～ ペン字 サークル		囲碁・将棋 10:00～ ふれあいシアター		囲碁・将棋 10:00～ 百歳体操 さくら		囲碁・将棋 10:00～ 卓 球	
多目的室		10:00～ 絵手紙 サークル		13:00～ すみれ組				13:00～ 絵画同好会		12:30～ オカリナ サークル			
大広間		10:00～ 百歳体操 さくら	15:30～ 元気体操	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～ 民謡教室 15:30～ 元気体操	10:00～ 卓 球	
講習室		★フリースペース ・バンバー常設		★フリースペース ・バンバー常設		13:00～ 大人のぬり絵 教室			13:00～ 健康マージャン 経験者	13:00～ 健康マージャン 初心者	★フリースペース ・バンバー常設		
	24	25		26		27		28		29		30	
娯楽室	休館日	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～ フォーク 会議			
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	13:00～ 民謡教室2 15:30～ 百歳体操コスモス	お誕生会準備 15:30～ 元気体操	お誕生会 15:30～ 元気体操	13:00～ スマホ講座 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 ・バンバー常設		★フリースペース ・バンバー常設		控 室			13:00～ 健康マージャン 経験者	13:00～ 健康マージャン 初心者	★フリースペース ・バンバー常設		
	31	6月の事業報告											
娯楽室	休館日	6/17(火)おおさか東線で行くめきた グラングリーン大阪散策とランチビュッフェ											
多目的室		本イベントは、おおさか東線で大阪へ行き ホテルヴィスキオ大阪にてランチビュッフェ をいただいた後、グラングリーン大阪の散策 を行いました。											
大広間													
講習室													
		6/11・25(水) 英語であそぼう！英語でポン！ ～シニア世代の英語でコミュニケーション～											
娯楽室		本講座は、杉本淳子先生を講師にお招きし、 英語でちょっとした声かけをしたり、素敵な 笑顔で気楽に英語で遊んでいただきました。											
多目的室													
大広間													
講習室													
		6/26(木)熱中症対策セミナー 命を守る水 見直そう！水分補給											
娯楽室		本講座は、(株)明治 関西支社 食育担当さ んにご協力いただき、熱中症になりやすい環 境と予防を中心にお話ししていただきました。											
多目的室													
大広間													
講習室													
		6月6日(金) ふらっとカフェ を開催しました。											
		6月25日(水) 6月お誕生会 を開催しました。											