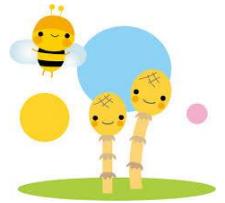


# 大阪市立浪速区老人福祉センター センターだより 4月号

2017年(平成29年)4月号

発行者：大阪市立浪速区老人福祉センター  
〔運営：社会福祉法人 大阪市浪速区社会福祉協議会〕  
発行：平成29年3月15日  
(毎月15日発行予定)  
大阪市浪速区下寺2-2-12  
電話：06-6643-0792  
Fax：06-6644-6934



\*\*\*\*\*

## 生きがいと健康づくり推進事業

### だいちゃん先生の 整体体操

- ◆日時 4月6日(木)・20日(木)  
午前10時30分～11時30分
- ◆場所 浪速区老人福祉センター大広間
- ◆講師 大阪市生涯学習インストラクター  
中村大輔先生
- ◆定員 各20名(先着順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 3月23日(木)～

👉 今回は品物の募集はありません

お手伝い  
ボランティア募集！！

## バザー & カフェなになわ

- ◆日時 4月28日(金)  
午前10時～午後3時
- ◆場所 浪速区老人福祉センター  
大広間&ロビー

コーヒー・紅茶  
(お菓子つき)  
各50円  
当日券のみ

※バザーの収益は区社協を  
通じて赤十字・共同募金に  
寄付します。

## 生きがいと健康づくり推進事業

### すこやかマッサージ

(旧)「リンパマッサージ」です

- ◆日時 4月19日(水)  
午前10時30分～11時30分
- ◆場所 浪速区老人福祉センター大広間
- ◆講師 藤村千恵子先生  
FUN-BEAT DANCE SCHOOL 代表
- ◆定員 40名(受付後に抽選します)
- ◆参加費 無料
- ◆申込期間 4月5日(水)～12日(水)



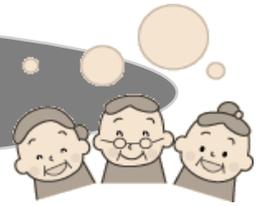
申込方法については  
予定表内に詳しく記載して  
います。ご覧ください。

## 野菜たっぷり減塩生活

- ◆日時 4月25日(火)  
午前10時30分～11時30分
- ◆場所 浪速区老人福祉センター大広間
- ◆定員 30名(先着順)
- ◆講師 浪速区保健福祉センター管理栄養士
- ◆参加費 無料
- ◆申込 4月11日(火)～



# サークルのご案内



※定員に満たないサークルは随時受付しています。事務所までお問合せください。

サークル	開催日	開催時間	備考
詩吟	第1・2・3・4 火	午後1時30分～4時	募集中
カラオケA	第1・3 月	午後1時30分～3時30分	
カラオケB	第2・4 月	午後1時30分～3時30分	
民謡	第1・3 水	午前10時30分～正午	募集中
謡曲	第1・3 土	午後1時～4時	募集中
うたごえ倶楽部	第4 木	午後1時30分～2時30分	募集中
園芸	第2・4 火	午後1時30分～3時30分	
手芸	第1・3 木	午後1時30分～3時30分	募集中
実用習字(通信)	第2 火	午後1時30分～3時30分	
実用習字	第2・4 土	午後3時30分～4時30分	募集中
書道	第2・4 土	午後1時30分～3時30分	募集中
川柳	第2 木	午後1時30分～3時30分	募集中
俳画	第1・3 金	午後1時30分～3時30分	募集中
俳句	第1 水	午後1時30分～3時30分	募集中
はがき絵	第1 火	午後1時30分～3時	募集中
折り紙	第2 木	午後2時40分～4時	募集中
健康体操	第2・4 土	午前10時30分～11時30分	募集中
美ゆるり体操	第3 金	午後1時30分～3時	募集中
ストレッチ	第2・4 木	午前10時～10時50分	募集中
太極拳	第1・3 火	午前10時～正午	募集中
卓球	第1・3 土 第2・4 月	午前10時～11時40分 午前10時～11時40分	
ラージボール卓球	第2・4 土	午後1時30分～3時30分	募集中
フラダンス	第2・4 水	午前10時15分～11時45分	募集中
民踊(すみれ会)	第1・2・3・4 水	午後1時30分～3時30分	募集中
ヨガ	第1・3 木	午後1時30分～2時30分	募集中
なにわ・おもちゃ病院	第3 土	午後1時30分～4時(受付は3時まで)	

※サークルの開催日は祝日やセンター事業等により変更となる場合があります。  
また、センターだより発行後にサークルの都合により変更となる場合もあります。

# 浪速区老人クラブ連合会



## ☆わくわく体操☆

4月17日(月)

午前10時30分～

場所：浪速区老人福祉センター大広間

※参加を希望される方は老人クラブ女性部長までご相談下さい。

## ☆老人クラブ会長・女性部長合同会議☆

4月7日(金)午前11時～

場所：浪速区社会福祉協議会 2階

# 利用証更新の お願い

4月1日より、最初に来られた時に平成29年度の利用証の更新をお願いします。

住所や電話番号、連絡先などに変更のある方は事務所までお申し出ください。

# 大阪市立浪速区老人福祉センター

老人福祉センターは大阪市内にお住いの60歳以上の方にご利用いただけます。初めて利用される方は利用証をお作りしますので住所・氏名・生年月日を確認できるものをお持ちください。他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。

- ★アクセス：地下鉄堺筋線「恵美須町」から北東へ500m
- ★利用時間：午前10時～午後5時
- ★利用料：無料（講習・行事によって実費を徴収することもあります。）
- ★休館日：日曜日・祝祭日・年末年始（12/29～1/3）

今月の川柳講師 片岡湖風先生 課題「厳しい」  
 厳しさのなかに愛情にじみでる  
 厳格な祖父晩年は好々爺  
 亡き母の厳しい躰懐かしい  
 厳格な父大泣きの娘の嫁ぎ

今月の俳句講師 久保青浪先生  
 紅梅の蕾ほぐれてほつほつと  
 故郷に縁側ありし日向ぼこ  
 春隣香箱座りの猫のいて

（当季雑詠）  
 田中 裕子  
 松井 青祥  
 水谷 子カ  
 恵美 美  
 義子  
 美恵子  
 正次

# サークル世話役会

◆日時 4月7日(金)  
午後2時～

◆場所 浪速区老人福祉センター 大広間

◆対象者 各サークルの世話役又は代理の方

◆内容 来年度のサークル活動について

