

大阪市立浪速区老人福祉センター センターだより 8月号

2017年(平成29年)8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7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 8月3日(木)・17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(申込先着順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 7月20日(木)～

生きがいと健康づくり推進事業

すこやかマッサージ

- ◆日時 8月16日(水)
(A)午前10時15分～11時
(B)午前11時15分～12時
- ◆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
- ◆定員 各40名(申込先着順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 8月2日(水)～

生きがいと健康づくり推進事業

はじめませんか? 大人のぬり絵

- ◆日時 8月24日(木)
午前10時～12時
- ◆場所 浪速区老人福祉センター 会議室
- ◆講師 大阪市生涯学習インストラクター
井上美紀先生
- ◆定員 15名(申込先着順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 8月1日(火)～

スポーツ吹矢

- ◆日時 8月10日(木)
午後2時～2時30分
- ◆場所 浪速区老人福祉センター大広間
- ◆講師 日本スポーツ吹矢協会公認指導員
和田津五務先生
- ◆定員 6名(申込先着順)
- ◆参加費 300円(的代)
- ◆申込 7月27日(木)～

生きがいと健康づくり推進事業

施設「大阪市立科学館」 見学

～館内とプラネタリウム見学～

- ◆日時 8月29日(火)
雨天決行
- ◆集合場所 地下鉄堺筋線 恵美須町駅
- ◆集合時間 午前9時15分
12時解散予定
- ◆定員 30名(申込先着順)
- ◆参加費 30円(保険代)
※交通費は自己負担
- ◆申込 8月1日(火)～

※各講座の申込はそれぞれの申込日の
午前10時より受付します。
参加費無料の講座に関しては、
電話申込可。
(ただし、申込みは本人に限ります。)

浪速区老人クラブ連合会



☆わくわく体操☆

8月7日(月)・21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。

☆老人クラブ会長会☆

8月9日(火)午後2時～

場所：浪速区老人福祉センター会議室

サークル世話役会

◆日時 8月25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 文化祭について 他

今月の川柳講師 片岡湖風先生 課題 「運動会」
 教室で運動会のお弁当
 駆けっこはいつももどりです親ゆずり 美恵子
 親に似ず子供はいつも一等だ 正義子
 朝早く席取りパパの大事な 惠美
 今月の俳句講師 久保青浪先生 (当季雑詠)
 花吳座のころり横たふ肌ざわり 水谷 子カ
 縁日や冷しラムネの玉鳴らし 松井 青祥
 大楠の若葉一枚葉にと 田中 裕子

熱中症予防一〇メモ

日差しのない室内でも、室温・湿度が高いと、熱中症の危険が高まります。
 冷房や除湿機・扇風機などを適度にご利用し、室温を上手にコントロールしましょう。
 また、こまめな水分補給を心がけましょう。

大阪市立浪速区老人福祉センター

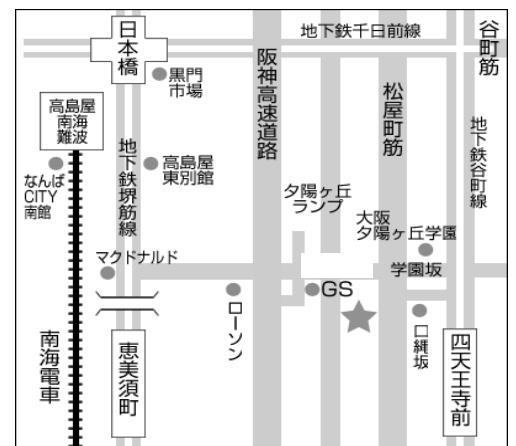
老人福祉センターは大阪市内にお住いの60歳以上の方にご利用いただけます。初めて利用される方は利用証をお作りしますので住所・氏名・生年月日を確認できるものをお持ちください。他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。

★アクセス：地下鉄堺筋線「恵美須町」から北東へ500㍍

★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）





サークルのご案内



サークル紹介

はがき絵サークル

お手本に添って指導しますので
初心者の方もお気軽に
お越しください。
みんなで描けば楽しいですよ！

↓この絵は8月1日のお手本です。



「沢蟹」

ヨガサークル

ゆっくりとした呼吸と共に
関節や筋肉を丁寧に
ほぐしていきます。
初めての方でも無理なく
行えるやさしいヨガです。



※センター日より発行後、都合により
変更する場合があります。

サークル	開催日	開催時間	備考
詩吟	第1・2・3・4 火	13:30~16:00	募集中
カラオケ A	第1・3 月	13:30~15:30	
カラオケ B	第2・4 月	13:30~15:30	
民謡	第1・3 水	10:30~12:00	募集中
謡曲	第1・3 土	13:00~16:00	募集中
うたごえ倶楽部	第4 木	13:30~14:30	募集中
園芸	第2・4 火	13:30~15:30	
手芸	第1・3 木	13:30~15:30	募集中
ヨガ	第1・3 木	13:30~14:30	募集中
実用習字 (通信)	第2 火	13:30~15:30	
実用習字	第2・4 土	15:30~16:30	募集中
書道	第2・4 土	13:30~15:30	募集中
川柳	第2 木	13:30~15:30	募集中
俳画	第1・3 金	13:30~15:30	募集中
俳句	第1 水	13:30~15:30	募集中
はがき絵	第1 火	13:30~15:00	募集中
折り紙	第2 木	14:40~16:00	募集中
健康体操	第2・4 土	10:30~11:30	募集中
美ゆるり体操	第3 金	13:30~15:00	募集中
ストレッチ	第2・4 木	10:00~11:00	
太極拳	第1・3 火	10:00~12:00	募集中
卓球	第1・3 土 第2・4 月	10:00~11:40	
ラージボール卓球	第2・4 土	13:30~15:30	
フラダンス	第2・4 水	10:15~11:45	募集中
民謡 (すみれ会)	第1・2・3・4 水	13:30~15:30	募集中
なにわ・おもちゃ病院	第3 土	13:30~16:00 (受付は15時まで)	

詩吟サークル

毎週火曜日、午後1時30分より練習しています。
文化祭のサークル発表会と合吟大会で練習の成果を
発表されています。

ご興味のある方、一度見学してみてください。
お祝いの和歌を覚えてみませんか？

