

浪速区老人福祉 センターだより

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〕
発行日：令和4年8月15日（毎月15日発行予定）

〒556-0001 大阪市浪速区下寺2-2-12
電話：06-6643-0792
FAX：06-6644-6934

2022年（令和4年）

9月号

<センターのご案内>

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。

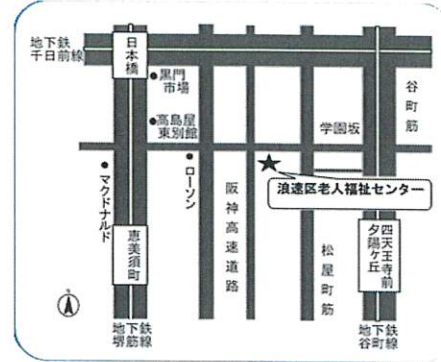
- ・他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。
- ・センター利用時は利用証を持参ください。

★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・行事によって実費徴収）

★休館日：日曜日・祝祭日・年末年始（12/29～1/3）



講座やイベントの お申込方法

参加費が記載されていない講座等は無料です。



- センター来館の場合→申込日の午前10時より受付ます。
- 電話の場合 →申込日の午前10時30分より受付ます。
(06-6643-0792) ※参加費無料の講座は電話申込可。
- ◎来館・電話ともに、ご本人のみの申込となります。

世代間交流事業

- 浪速区オレンジチーム
- 浪速区子ども・子育てプラザ
- 浪速区老人福祉センター 共催

9月は世界アルツハイマー月間 おじいちゃんおばあちゃん 僕と私で遊ぼう！

- ◆日時 9月17日（土）
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター 大広間
- ◆内容 オレンジチーム川柳大会表彰式、
他己紹介、○×ゲーム、
紙飛行機を飛ばしてみよう
- ◆定員 10名（申込先着順）
- ◆申込 9月1日（木）～

一緒に遊んで楽しい
時間にしよう！！



<生きがいと健康づくり推進事業>

百歳体操の効果“レッスン②”

- ◆日時 9月2日（金）
A班 午前10時10分～10時45分
B班 午前10時45分～11時20分
※(A)(B)ともに同じ内容です。
- ◆場所 センター 大広間
- ◆内容 普段の『いきいき百歳体操』をしながら、直接参加者にアドバイス。
- ◆講師 名古屋 眞由美先生
健康運動指導士
- ◆定員 各20名（申込先着順）
- ◆申込 8月19日（金）～
開始前に先生のお話もあります！



みんなで ラジオ体操

午前10時から毎日行っています。
お気軽にお立ち寄り、ご参加ください。



2022年 9月行事予定表

新型コロナウイルス感染症の影響により、開催中止や延期、追加等の変更となる場合があります。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	声に出して本をよもう ◆日時：9月21日(水) 午後3時～4時 ◆場所：浪速図書館 会議室 ◆対象：大人 ◆定員：8名(申込先着順) 			1 整体体操	2 百歳体操 百歳体操の効果 レッスン②	3 卓球	4 休館日
	午後				結核健康診断 手芸	消防避難訓練	
午前	5 わくわく体操	6 百歳体操 太極拳	7	8	9 百歳体操 (10:15分～1回のみ) おたのしみ会(脳トレ)	10 健康体操 卓球	11 休館日
午後	カラオケ		元気はつらつ! 民踊	川柳 折り紙	背骨コンディショニング	ラージ卓球	
午前	12 卓球	13 百歳体操	14 いすヨガ フラダンス	15	16 百歳体操 いろどりファームなにわ	17	18 休館日
午後	カラオケ	詩吟	クラフトカフェ 民踊	会長会 手芸	えがおポップ体操	おじいちゃん おばあちゃん 僕と私で遊ぼう! 謡曲	
午前	19 休館日	20 百歳体操 太極拳	21 すこやかマッサージ &ダンス 民謡	22 整体体操	23 休館日	24 健康体操	25 休館日
午後			本を読む(図書館) 民踊	うたごえ倶楽部		書道・実用習字 ラージ卓球	
午前	26 卓球	27 百歳体操	28 フラダンス 民謡	29	30 百歳体操	おもちゃ病院は お休みです。 	
午後	カラオケ	詩吟	歌の会 記念撮影会 民踊		サークル世話役会		

センター事業

クラフトカフェ



◆日時：9月14日(水)

午後1時～3時

カフェ最終オーダー-午後2時30分

◆場所：センター内

◆参加：年齢に関係なくどなたでも。
認知症のご家族・当事者の方。

◆次回は 10月12日(水)

◆申込：不要

※相談事がある方は事前にご連絡いただきますと
できる限り専門職がうけたまわります。

◆クラフト：おたのしみ

◆費用：お茶+クラフト付き 100円

【間食なし：お持ち帰りできるものを用意しま

8月・9月生まれの方の お誕生日記念撮影会

- ◆日時 9月28日(水)
正午～午後1時
・申込時にご希望の時間をお伝えください。
- ◆場所 センター 娯楽室
- ◆申込 9月14日(水)～9月22日(木)

おひとり2枚ずつ、撮影いたします。
◆集合写真はありません。



8月・9月生まれの方を歌でお祝いしましょう



歌の会

- ◆日時 9月28日(水)
午後1時30分～3時
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 山田 富美子先生
臨床心理士
- ◆定員 25名(申込先着順)
- ◆申込 9月14日(水)～

サークル世話役会

- ◆日時 9月30日(金)
午後2時～3時
- ◆場所 センター 大広間
- ◆対象 各サークルの世話役
または代理の方
- ◆内容 文化祭等について

●浪速区子ども・子育てプラザ
●浪速区老人福祉センター 共催

消防避難訓練

- ◆日時 9月2日(金)
午後1時30分～2時
- ◆場所 センター ロビー
- ◆内容 避難訓練ののち消火器による
消防活動(模擬)

結核のお話と健診

- ◆日時 9月1日(木)
午後1時30分～3時
- ◆場所 センター 大広間
- ◆内容 健康教育・結核健康診断
- ◆講師 大阪市保健所 保健師
- ◆定員 15名(申込先着順)
- ◆申込 8月17日(水)～
※検診車にて胸部レントゲン撮影をします。
脱ぎ着しやすい服装でお越しください。

★おたのしみ会★

クイズで脳トレ

当日自由
参加

- ◆日時 9月9日(金)
午前10時45分～
- ◆場所 センター 大広間
- ◆この日、百歳体操は10:15の1回だけです。
9月2日から「脳トレペーパーの宿題」を
お渡しします。
9日にみんなで答え合わせを
しましょう。



だいちゃん
先生の

整体体操

- ◆日時 9月 1日(木)
9月22日(木)
午前10時30分～11時30分
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 中村 大輔先生 大阪市生涯学習インストラクター
- ◆定員 各20名(申込先着順)
- ◆申込 8月18日(木)～

ヨガマットを使います
感染症対策のためバスタオルをお持ちください

すこやかマッサージ &ダンス

- ◆日時 9月21日(水)
(A)午前10時15分～11時
(B)午前11時15分～12時
※(A)(B)ともに同じ内容です
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 藤村 千恵子先生
FUN-BEAT DANCE SCHOOL
- ◆定員 各20名(申込先着順)
- ◆申込 9月 7日(水)～

背骨コンディショニング体操

- ◆日時 9月9日(金)
(A)午後1時30分～2時15分
(B)午後2時30分～3時15分
※(A)(B)ともに同じ内容です
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 佐田 育世先生
背骨コンディショニング協会バクソナルトレーナー
- ◆定員 各15名(申込先着順)
- ◆申込 8月26日(金)～

いすヨガ

- ◆日時 9月14日(水)
午前10時30分～11時30分
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 本永 圭代先生
トラディショナルヨーガ インストラクター
背骨コンディショニング協会バクソナルトレーナー
- ◆定員 20名(申込先着順)
- ◆申込 <8月に参加されていない方>
8月31日(水)～9月6日(火)

8月に参加
された方

9月7日(水)時点で空きがある場合
先着順で受付ます。

浪速区老人クラブ連合会

わくわく体操

- ◆日時 9月5日(月)
午前10時30分～
- ◆場所 センター 大広間
※参加希望される方は、
老人クラブ 女性部長までご相談ください。

老人クラブ会長会

- ◆日時 9月15日(木)
(注)今回は木曜日です
午後2時～
- ◆場所 センター 大広間