

浪速区 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6年5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

令和6年
(2024年)

6月

<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。初めてご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。

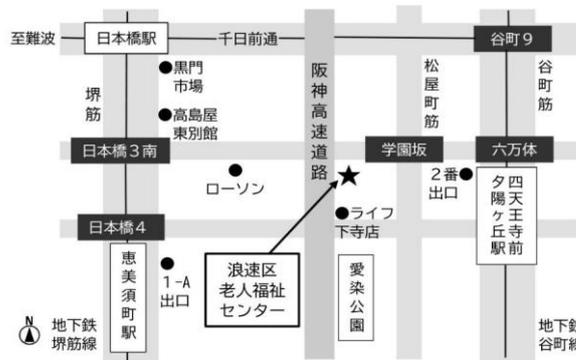
- ・他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。
- ・センター利用時は利用証をご持参ください。

★最寄り駅：地下鉄堺筋線「恵美須町駅」1-A出口より徒歩10分
地下鉄谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘駅」2番出口より徒歩10分

★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
お申込み方法
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→申込み日の午前10時より受け付けます。

●電話の場合 →申込み日の午前10時30分より受け付けます。
06-6643-0792 ※参加費無料の講座は電話申込み可。

◎来館・電話ともに、ご本人のみの申込みとなります。

<保健福祉センター講座>

楽しく認知症予防

- ◆日時 6月11日（火）
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター 大広間
- ◆定員 20名（申込先着順）
- ◆講師 区保健福祉センター 保健師
- ◆申込 5月28日（火）～

前半は講義、後半はレクリエーション。
みんなで楽しく学びましょう！



<センター事業>

ハンカチを自分で染めてみよう！

染色体験

- ◆日時 6月7日（金）
6月18日（火）
※どちらかの日を選択してください
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター 娯楽室
- ◆定員 各6名（申込先着順）
- ◆その他 汚れてもいい服装でお越しください
- ◆申込 5月23日（木）～

健康長寿を
めざしましょう！

いきいき百歳体操

<生きがいと健康づくり推進事業>

- ◆日時 毎週火曜日・金曜日
(A) 午前10時15分～10時45分
(B) 午前10時45分～11時15分
※(B)の時間帯が空いています。

- ◆場所 センター 大広間
- ◆申込 不要（AかBいずれかを
選択してください）

6月28日（金）は、10時15分～の1回だけです。



令和6年 6月 行事予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	 ◆6月10日(月) 全館設備点検のお知らせ◆ 建物の設備点検により停電となるため、当センターのご利用を休止させていただきます。 皆様のご理解とご協力をお願いいたします。					1 卓球	2 休館日
						午後	
午前	3 わくわく体操	4 百歳体操 太極拳(休会中)	5 民謡	6	7 百歳体操	8 健康体操	9 休館日
午後	カラオケ		民謡 元気はつらつ教室	手芸 本をよもう(図書館)	染色体験	書道・実用習字 ラージ卓球	
午前	10 全館設備点検 <終日利用休止>	11 百歳体操	12 いすヨガ フラダンス	13 整体体操 川柳	14 百歳体操	15 卓球	16 休館日
午後		詩吟 保健福祉センター講座	民謡 会長会	クラフトカフェ	背骨コンディショニング ウクレレ	おもちゃ病院 謡曲	
午前	17 わくわく体操	18 百歳体操 太極拳(休会中)	19 すこやかマッサージ & ダンス 民謡	20 いろどりファーム ろうせん	21 百歳体操	22 健康体操	23 休館日
午後	カラオケ	染色体験 スマホ出張相談会	民謡	手芸 老人クラブ (物作り講座)	えがおポップ体操	書道・実用習字 ラージ卓球	
午前	24 卓球	25 百歳体操	26 フラダンス	27 整体体操	28 百歳体操 (10:15~1回のみ) おたのしみ会	29	30 休館日
午後	カラオケ	詩吟	民謡	うたごえ倶楽部			

センター事業

なにわクラフトカフェ

◆日 時：6月13日(木) 午後1時30分～3時

※コーヒー最終オーダー 午後2時30分

今月、
クラフトはお休み。
カフェのみです

◆場 所：センター内

◆参 加：認知症のご家族・当事者の方
(年齢に関係なくどなたでも)

◆申 込：不要

◆費 用：100円(コーヒー)

◆次 回：7月11日(木)



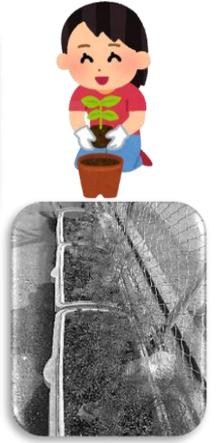
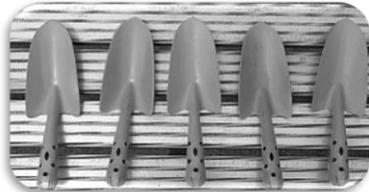
※相談事がある方は事前にご連絡いただきますと、できる限り専門職がうけたまわります。



『種花クラブ』活動報告



今年4月から、花づくり名人が集まり、センターの庭を彩ろうと取り組んでいます。
今後の活躍をお楽しみに！



★ナニワモバイルお助け隊★ スマホ出張相談会

シニアボランティアさんが
スマホのお悩みを
ちょこっとお手伝いします！

当日
自由参加

- ◆日時 6月18日(火)
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター
- ◆その他 講座形式の教室ではありません。
- ◆主催 浪速区社会福祉協議会

★おたのしみ会★

<センター事業>

クイズで脳トレ

- ◆日時 6月28日(金)
午前10時45分～

当日
自由参加

- ◆場所 センター 大広間
- ◆持ち物 筆記用具

◆この日、百歳体操は10:15～の1回だけです。

最後はみんなで答え合わせ！
楽しみながら『脳力』アップしましょう。

<大阪市立浪速図書館 共催>

声に出して本をよもう

詩や昔ばなし、文学作品など、
みんなで声を出して読んでみませんか？
言葉を楽しむだけでなく、声を出すことで
頭もこころもイキイキしてきます。

- ◆日時 6月6日(木)
午後3時～4時
- ◆場所 浪速図書館 会議室
- ◆定員 8名(申込先着順)
- ◆対象 大人
- ◆申込 受付中

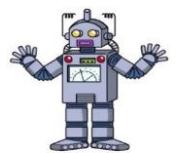


なにわ・おもちゃ病院

完全予約制です。

電話または来館にてお申込みください。

- ◆日時 6月15日(土)
午後1時30分～3時
- ◆場所 センター 会議室
- ◆定員 一家族2点まで



今月は10個まで治療します。

◆申込 受付中

※おもちゃの入院(預り)はいたしません。

※転売目的は固く禁じます。



だいちゃん
先生の

整体体操

- ◆日時 6月13日(木)
6月27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12名(申込先着順)
- ◆申込 5月30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 6月19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 6月5日(水)～

背骨コンディショニング体操

- ◆日時 6月14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パティシアルトレーナー
- ◆定員 各15名(申込先着順)
- ◆申込 6月3日(月)～

いすヨガ

- ◆日時 6月12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 門田(本永) 圭代先生
トランスフォーマーヨガ インストラクター
- ◆定員 各15名(申込先着順)
- ◆申込 5月29日(水)～

浪速区老人クラブ連合会

わくわく体操

- ◆日時 6月3日(月)
17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 6月12日(水)
午後2時～
- ◆場所 センター 大広間

物作り講座 「レジンアクセサリー」

自分だけのアクセサリーを
作りませんか？

- ◆日時 6月20日(木)
午後1時～
- ◆場所 センター 大広間
- ◆材料費 500円