

浪速区 センターだより

老人福祉

令和6年
(2024年)

9月

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

<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。

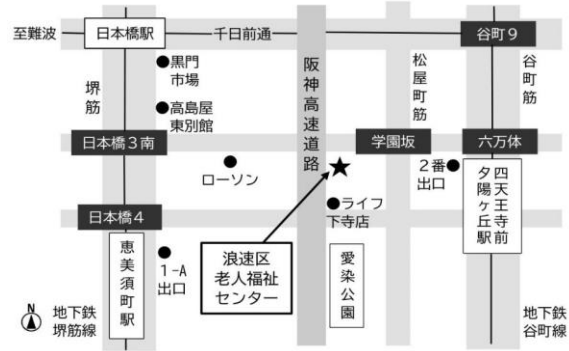
- ・他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。
- ・センター利用時は利用証をご持参ください。

★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。

<センター事業>

爪のお洒落を楽しんでみましょう♡

ネイル体験会

おしゃべりしながらネイリストさんに爪を綺麗にさせていただきます。

- ◆日時 9月18日（水）
午後1時30分～2時30分
（1：30～ / 1：50～ / 2：10～）
・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
- ◆内容 ①ポリッシュネイル（マニキュア塗布）
②爪磨き ※①②のどちらかを選択
おひとり20分程度
- ◆講師 ネイリスト
- ◆定員 6名（申込先着順）
- ◆費用 500円（当日ネイリストさんに直接お支払いください）
- ◆申込 9月6日（金）～



<センター事業>

～明治 食育セミナー～

チョコレートの世界へようこそ！

カカオ産地やチョコレートの製造、歴史、農家支援などを学びます。チョコレートを五感で楽しむ体験もあります。

- ◆日時 9月19日（木）
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター 大広間
- ◆講師 株式会社 明治 食育担当
- ◆定員 25名（申込先着順）
- ◆持ち物 飲料水
- ◆申込 9月5日（木）～



令和6年 9月 行事予定表

	月	火	水	木	金	土	日	
<p><大阪市立浪速図書館 共催> 声に出して本をよもう</p> <p>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。</p> <p>◆日 時 9月5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)</p> <p> 受付中</p>							1	休館日
午前	2	3 百歳体操 太極拳(休会中)	4 民謡	5	6 百歳体操	7 卓球	8	休館日
	午後	カラオケ	結核のお話と健診	民謡 元気はつらつ教室	手芸 本をよもう(図書館)	謡曲		
午前	9 卓球	10 百歳体操	11 いすヨガ フラダンス	12 整体体操 川柳	13 百歳体操	14 健康体操	15	休館日
	午後	カラオケ	詩吟	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		
午前	16 休館日	17 百歳体操 太極拳(休会中)	18 すこやかマッサージ & ダンス 民謡	19 いろどりファーム ろうせん	20 百歳体操 (10:15～1回のみ) おたのしみ会	21 卓球	22	休館日
		午後	みんなでスマホの 勉強会	ネイル体験会 民謡	チョコレートの 世界へようこそ！ 手芸	えがおポップ体操		
午前	23 休館日	24 百歳体操	25 フラダンス	26 整体体操	27 百歳体操	28 健康体操	29	休館日
		午後	詩吟	歌の会 記念撮影会 民謡	うたごえ倶楽部	書道・実用習字 ラージ卓球		
午前	30 卓球	<p>なにわクラフトカフェ </p> <p>◆日 時：9月12日(木) 午後1時30分～3時</p> <p>◆場 所：センター内 ◆申 込：不要 ◆クラフト：おたのしみ</p> <p>◆参 加：認知症のご家族・当事者の方 ◆費 用：100円(コーヒー+クラフト)</p> <p>(年齢に関係なくどなたでも)</p>						
午後	カラオケ							

<センターからのお知らせ>
トイレ改修工事について

工事開始が遅延しており、9月末頃からトイレ改修工事がはじまります。仮設トイレをご利用いただくなど、ご不便、ご迷惑をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



<センター事業>

8月・9月生まれの方の お誕生日記念撮影会

- ◆日時 9月25日(水)
午後1時～1時30分
・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11日(水)～9月20日(金)

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



<生きがいと健康づくり推進事業>

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25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11日(水)～



<センター事業>

結核のお話と健診

- ◆日時 9月3日(火)
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 約10名(申込先着順)
- ◆その他 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。
- ◆申込 8月20日(火)～

<センター事業>

★おたのしみ会★ クイズで脳トレ

- ◆日時 9月20日(金)
午前10時45分～
- ◆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。

当日
自由参加

いろいろな脳ドリルに挑戦します。
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。

シニア初心者向け

「みんなでスマホの勉強会」

主催：浪速区社会福祉協議会

写真機能の使い方(グーグルレンズの
使い方)、インターネット検索…
一緒に勉強しませんか?

受付中

- ◆日時 9月17日(火)
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 センター
- ◆講師 ナニワモバイルお助け隊
(シニアスマホボランティア)
- ◆持ち物 ご自身のスマホ、筆記用具
- ◆定員 6名(申込先着順)
- ◆申込 浪速区社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
06-6636-6027

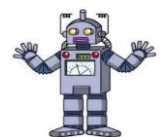


なにわ・おもちゃ病院

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 9月21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 9月12日(木)
9月26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 8月29日(木)～

ヨガマットを 사용합니다
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18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4日(水)～

背骨コンディショニング体操

- ◆日時 9月13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ーソナルトレーナー
- ◆定員 各15名(申込先着順)
- ◆申込 8月30日(金)～

いすヨガ

- ◆日時 9月11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
トラディショナルヨーガ インストラクター
- ◆定員 各15名(申込先着順)
- ◆申込 8月28日(水)～

浪速区老人クラブ連合会

なでしこクラブ 浪速区老人クラブ連合会

入会してやりたいこと、
みつけてみませんか？

詳細は
事務局まで
おたずね
ください

老人クラブ会長会

- ◆日時 9月11日(水)
午後2時～
- ◆場所 センター 大広間