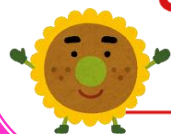




浪速



センターだより



発行：大阪市立浪速区老人福祉センター（毎月15日頃発行） 運営：浪速区社会福祉協議会
〒556-0001 大阪市浪速区下寺2-2-12
電話：06-6643-0792 FAX：06-6644-6934



シニア向け スマホ講座「LINEを使ってみよう」

LINE（メッセージ送信、友だち追加、グループトーク）について楽しく学びます。講座終了後、個別相談コーナーもあります。

◆日時 8月6日（木） 午前10時30分～正午

◆場所 センター 大広間

◆講師 ソフトバンク
スマートフォンアドバイザー

◆持ち物 筆記用具

◆定員 20名（申込先着順）

◆申込 7月23日（木）～

スマホは貸出機
（全員同じ物）を
使うので安心！

自信ないけど
まずは
体験やな！



娘や孫と
LINE
したいわ...



昭和な男のふらっと喫茶



シャイな昭和男のみなさま、BGMが流れる場所でひと休みしませんか。
オセロ、新聞、ナンプレなどの脳トレプリントもありますよ～

60歳以上
男性のみ

◆日時 8月6日（木） 午後1時～3時

◆場所 センター ロビー

※飲み物（コーヒー、お茶）もご用意しています。＜1杯50円＞

当日 自由参加



令和8年 8月 行事予定表

月		火		水		木		金		土		日			
午前	 熱中症にご注意ください こまめに水分補給をしましょう！ センター来館時は水分補給の飲み物をお持ちください 						 お知らせ 8月は「クラフトカフェ」お休みです 						1卓球		2 休館日
	午後														
午前	3	4 百歳体操 音読プラス	5 民謡	6 スマホ講座 (LINEを使ってみよう)	7 百歳体操	8 健康体操 卓球	9 休館日								
午後	カラオケ	詩吟	民謡 元気はつらつ教室	男のふらっと喫茶		ラージ卓球 (休会中)									
午前	10	11 休館日	12 フラダンス	13	14 百歳体操 背骨 コンディショニング体操	15 卓球	16 休館日								
午後	カラオケ		民謡		ウクレレ	おもちゃ病院									
午前	17	18 百歳体操	19 ソウルダンス / すこやかM&D 民謡	20 いろどりファーム	21 百歳体操	22 健康体操 卓球	23 休館日								
午後	カラオケ	シニアスマホ相談会	民謡 <老人クラブ> 会長会	謡曲 (休会中)	えがおポップ体操	ラージ卓球 (休会中)									
午前	24	25 百歳体操	26 いすヨガ フラダンス	27 整体体操	28 百歳体操 (10:15~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	<老人クラブ> 物作り講座	書道・実用習字									
午前	31	 やってみよう! ★おたのしみ会★ クイズで脳トレ ◆日 時 8月28日(金) 午前10時45分~11時30分 ◆場 所 センター 大広間 ◆持ち物 鉛筆と消しゴム ※プリントは持ち帰らないようお願いします。 当日 自由参加													
午後	カラオケ														

※プリントは持ち帰らないようお願いします。



★下記4つの事業はセンター大広間で開催します。★来館の際は水分補給の飲み物をお持ちください。

来てね！ 整体体操 ◆講師 中村 大輔先生	8月27日(木) 定員16名(申込先着順) 午前10時30分～11時30分 ◆今月のテーマ：体をやわらかく② 持ち物：バスタオル ◎ヨガマットはセンターにあります。	【申込】 8/13 (木)～
背骨 コンディショニング体操 ◆講師 佐田 育世先生	8月14日(金) 定員各15名(申込先着順) 【A】午前10時15分～11時 【B】午前11時15分～正午 ◎【A】【B】ともに同じ内容です。	【申込】 7/31 (金)～
いすヨガ ◆講師 門田 圭代先生	8月26日(水) 定員各25名(申込先着順) 【A】午前10時15分～11時 【B】午前11時15分～正午 ◎【A】【B】ともに同じ内容です。	【申込】 8/12 (水)～
 【A】【B】 どちらかを お選びください ◆講師 藤村 千恵子先生	8月19日(水) 定員各30名(申込先着順) 【A】ソウルダンスベーシック 午前10時15分～11時 【B】すこやかマッサージ&ダンス 午前11時15分～正午 ♥ NEW ♥ ダンスをメインとした 初心者向け シニアダンス教室 リンパの流れを意識 したマッサージと ストレッチ体操	【申込】 8/5 (水)～

音読プラス

声に出して本を読んだり、漢字クイズをしたり。楽しく脳トレしましょ！

お口と
頭の体操

- ◆日時 8月4日(火) 午前11時～正午
- ◆場所 センター 会議室
- ◆定員 16名(申込先着順)
- ◆内容 音読や早口ことば、漢字クイズなど
- ◆持ち物 筆記用具
- ◆申込 7月21日(火)～



<事業報告> 7月3日(金)～夏フェス～小さな演奏会

バイオリン、ビオラ、クラリネット、キーボード、声楽の総勢8名。

「ウィークデイアンサンブル」のみなさん、素敵な演奏をありがとうございました！



「金魚
すくい」も
楽しかった～



浪速区老人クラブ連合会

【老人クラブ会長会】

◆日 時 8月19日(水)
午後2時～
◆場 所 センター 大広間

【物作り講座 金魚マグネット】

◆日 時 8月28日(金)
午後1時30分～
◆場 所 センター 大広間
◆費用 250円

【モルック体験会 開催予定】

9月29日(火) 1月20日(水)
10月23日(金) 2月26日(金)
11月17日(火) 3月19日(金)
12月23日(水)

<完全予約制> お子さんと一緒に修理もできます！

なにわ・おもちゃ病院

◆日 時 8月15日(土)
午後1時30分～3時
(受付 午後1時30分～2時30分)
◆場 所 センター 会議室

電話または来館にてお申込みください。◆転売目的禁止

初心者向け

主催 浪速区社会福祉協議会

シニアスマホ相談会

受付中

◆日 時 8月18日(火) 午後1時30分～2時30分
◆場 所 センター 会議室 ◆定 員 6名
◆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

【お申込み・お問合せ】浪速区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター
電話：06-6636-6027

<センターのご利用について>

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。

★館内は土足厳禁です。スリッパ等、上履きをお持ちください。



利用時間：午前10時～午後5時

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

●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 ☎06-6643-0792の場合 →申込み日の午前10時30分より受け付けます。

※参加費無料の講座は電話申込み可。

◎参加費が記載されていない講座等は無料。

◎来館・電話ともに、ご本人のみの申込みとなります。

Googleマップは
こちらから



<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



<オンデマンドバス/浪速エリア>

- ・「浪速区老人福祉センター」の前で乗り降りできます。
- ・既定の経路や時刻表がない予約型のバスです。
- ・運賃：大人300円

必ず座れます♪

