

# 5月



| 5月   | 午 前        |       |              | 午 後                |              |                |
|------|------------|-------|--------------|--------------------|--------------|----------------|
|      | 大広間        | 娯楽室   | 多目的室/その他     | 大広間                | 娯楽室          | 多目的室/その他       |
| 1 日  | 休館日        |       |              |                    |              |                |
| 2 月  | 健康体操A      | 卓球    | ウクレレ         | カラオケ1              |              |                |
| 3 火  | 祝日(憲法記念日)  |       |              |                    |              |                |
| 4 水  | 祝日(みどりの日)  |       |              |                    |              |                |
| 5 木  | 祝日(こどもの日)  |       |              |                    |              |                |
| 6 金  | コーラス カメリアズ |       |              | 書道1                | 将棋開放         | ハルテックウォークを楽しむ会 |
| 7 土  | 囲碁サークル     | 卓球    |              |                    | 囲碁開放         |                |
| 8 日  | 休館日        |       |              |                    |              |                |
| 9 月  | 百歳体操①      | 百歳体操② | 卓球           | カラオケ2              |              |                |
| 10 火 | 百歳体操③      | 百歳体操④ | 将棋サークル       | 謡曲                 | 将棋開放         | イレブンスマイルミーティング |
| 11 水 | 書を楽しむ会     |       |              | リラックスヨガ            |              |                |
| 12 木 | 囲碁サークル     |       |              | 絵画教室               | 囲碁開放         |                |
| 13 金 | 百歳体操③      | 百歳体操④ | 茶道           | かんたんピクスとやさしい体操     | 将棋開放         |                |
| 14 土 | 囲碁サークル     | 卓球    |              | カラオケ3              | 囲碁開放         |                |
| 15 日 | 休館日        |       |              |                    |              |                |
| 16 月 | 健康体操A      | 卓球    | ウクレレ         | カラオケ1              |              |                |
| 17 火 | 百歳体操①      | 百歳体操② | 将棋サークル       | 編物1                | 4・5月生まれのお誕生会 | 将棋開放 編物2       |
| 18 水 | 健康体操B      |       | スマホボランティア勉強会 | 俳句                 |              |                |
| 19 木 | 民踊B        |       |              | 民踊A                | 囲碁開放         |                |
| 20 金 | コーラス カメリアズ |       |              | 書道1                | 将棋開放         |                |
| 21 土 | 囲碁サークル     | 卓球    |              | スマホ活用講座(LINEの活用方法) | 囲碁開放         |                |
| 22 日 | 休館日        |       |              |                    |              |                |
| 23 月 | 百歳体操①      | 百歳体操② | 卓球           | カラオケ2              |              |                |
| 24 火 | 百歳体操③      | 百歳体操④ | 将棋サークル       | 謡曲                 | 将棋開放         |                |
| 25 水 | 書を楽しむ会     |       |              | リラックスヨガ            |              |                |
| 26 木 | 囲碁サークル     |       |              | 睡眠と健康              | 囲碁開放         | 絵画教室           |
| 27 金 | 百歳体操③      | 百歳体操④ |              | カラーコーディネイト・セラピー体験  | 将棋開放         |                |
| 28 土 | 囲碁サークル     | 卓球    |              | カラオケ3              | 囲碁開放         |                |
| 29 日 | 休館日        |       |              |                    |              |                |
| 30 月 |            | 卓球    |              | 男性の体操教室            |              |                |
| 31 火 | 百歳体操①      | 百歳体操② |              | かんたんピクスとやさしい体操     | 将棋開放         |                |

★★★◎  
 利用される方へ  
 市内在住の方  
 利用時間は午前六時から午後五時まで  
 利用される方は、利用証の発行が必要ですので、  
 住所・年齢の確認できる保険証・免許証をご持参ください。  
 直ちに発行させていただきます。  
 (居住区の老人福祉センターへ申し出て下さい)



## 『リズムに合わせて脳トレストレッチ♪』報告

4月8日(金)に『リズムに合わせて脳トレストレッチ♪』が開催されました。軽快な音楽の中、きびきびとした先生の説明に合わせて、皆さんテンポよく体を動かされていました。今回は初めて、バランスボールを使った運動も行われました。ご好評につき、今月のたより5月号にも講習会申込の案内がございます。詳しくは裏面をご覧ください。ご参加お待ちしております。



俳句サークル  
からの推薦

電 車 好 きの 夢 の 入 口 就 職 す  
 ロ ー カ ル 線 桜 吹 雪 を 撒 き 散 ら し  
 春 の 泥 こ ぼ す 慌 て る け 躓 く  
 下 校 児 を 追 い か け る ご と 飛 花 落 下

吉田 恵美子  
 谷 真美  
 数内 静枝  
 狩野 紀子



大阪市立 住之江区老人福祉センター 電話：06-6683-2888 FAX：06-6683-2739

【指定管理者：社会福祉法人 大阪市住之江区社会福祉協議会】  
 所在地：〒559-0015大阪市住之江区南加賀屋3-1-20（住之江図書館と同じ建物の1階です）  
 ホームページをご覧いただくには、住之江区社協のホームページ（<http://www.saza73.jp>）から、  
 右上にある「老人福祉センター」のボタンをクリックしてください。サークルの情報や月間スケジュール、イベント情報などを掲載しています。  
 ◇新型コロナ感染症対策に伴う大阪市の指導により、サークル・事業共に予定変更になる可能性がございます。ご了承くださいませ。



住之江区社協

検索