

10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 土	囲碁サークル	卓球		スマホ活用講座 マップ・乗換案内の使い方	囲碁開放	
2 日	休館日					
3 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1		
4 火	百歳体操③ 百歳体操④		編物1	Zoomで参加しよう! 顔ヨガ・目ヨガ・らくらくヨガ	将棋開放	編物2
5 水	健康体操B			男性の体操教室		
6 木	民踊B			民踊A	囲碁開放	ウクレレ講習会
7 金	コーラス カメリアズ			書道1	将棋開放	絵画教室
8 土	囲碁サークル	卓球		カラオケ3	囲碁開放	
9 日	休館日					
10 月	祝日(スポーツの日)					
11 火	百歳体操① 百歳体操②		謡曲	民謡	将棋開放	イレブンスマイル ミーティング
12 水	書を楽しむ会			男性の体操教室		ウクレレお試し会
13 木	囲碁サークル			リフレッシュ体操教室	囲碁開放	筆ペン講習会
14 金	百歳体操③ 百歳体操④				将棋開放	
15 土	囲碁サークル	卓球			囲碁開放	
16 日	休館日					
17 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1		
18 火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	リズムに合わせて脳トレ ストレッチ 14:00~	将棋開放	編物2
19 水	健康体操B		スマホボランティア 勉強会10:30~	俳句		ウクレレお試し会
20 木	民踊B			民踊A	囲碁開放	ウクレレ講習会
21 金	謡曲		舞昆ホール コーラスカメリアズ	書道1	将棋開放	絵画教室[外]
22 土	囲碁サークル	卓球		カラオケ3	囲碁開放	
23 日	休館日					
24 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2		
25 火	百歳体操③ 百歳体操④		謡曲	民謡	将棋開放	南港出張 お片付けセミナー 認知症サポーター 養成講座
26 水	書を楽しむ会			リラックスヨガ		
27 木	囲碁サークル			リフレッシュ体操教室	囲碁開放	筆ペン講習会
28 金	百歳体操③ 百歳体操④			かんたんピクスとやさしい体操	将棋開放	
29 土	囲碁サークル	卓球			囲碁開放	
30 日	休館日					
31 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2		

# 10

# 月



★★★◎  
利用される方は、利用証の発行が必要ですので、  
住所・年齢の確認をいただける保険証・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ください。）

## 【押し花教室 報告】

9月9日(金)に『押し花教室』全2回のうちの第1回目【草花の乾燥の基礎】がおこなわれ、9名の方がご参加くださいました。最初は押し花のもととなる生の草花の乾燥方法を学び、その後先生があらかじめ押し花にして持参くださった草花を使ってしおりを作りました。それぞれが配置にこだわりながら、繊細な草花をピンセットで並べて、すてきなしおりをつくられていました。次回、第2回目はご自宅で乾燥させた草花を使って素敵なカードをつくる予定です。



俳句サークル  
からの推薦



名月のついて来るよと子が急かす  
友ありて終活楽し秋うらら  
レモン添へサラダの清か鬱ぬけし  
寝たきりの母の痰とる虫の闇  
時空より電波解読秋桜

吉田 恵美子  
保田 富江  
数内 静枝  
余田 明夫  
綿原 芳美



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（住之江区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。

◇新型コロナウイルス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