

★無料★ 大阪市民吹奏楽団 サマーコンサート

大阪市内を中心に活動されている吹奏楽団のみなさんによる演奏会です。Zoomでのライブ配信もしますので、会場にお越しただけの方もお家などで視聴できます。

日時 7月29日(土) 午後1時30分～2時15分(予定)
定員 会場での参加 25名 ※演奏時間は前後することがあります

Zoomによるライブ配信での参加 12名

申込 6月19日(月)午前11時～6月24日(土)午後4時の間

会場での参加希望の方 来館もしくは電話にて受付★

ライブ配信での参加希望の方 右記の2次元コードにて受付

◆ライブ配信での参加希望者はメールにてご案内いたします◆



無料 スマホ(タブレット)・Zoom 講座

2回の講座でZoomアプリのインストール(入れ方)から参加方法など一通りのことを学びます。集大成として7月29日(土)におこないます「大阪市民吹奏楽団・サマーコンサート」のライブ配信を視聴していただきます。

日時 6月23日(金)・7月8日(土)
午後1時30分～3時(全2回)

講師 磯崎 文氏《パソコンボランティアWing(ウィング)》

定員 8名(先着順)

対象者 スマホ(タブレット)をお持ちで、全2回の講座及び7月29日(土)の「大阪市民吹奏楽団・サマーコンサート」のライブ配信を視聴いただける方。

持ち物 スマホまたはタブレット(充電してお持ち下さい) 筆記用具
※Zoomアプリをインストールしていただきますので、お持ちのスマホの環境(アプリがインストールできるかどうか)を確認していただくことをお勧めします。

申込 6月6日(火)午前11時～本人が電話または窓口へ

めい絵教室

手軽にはじめられると人気で、脳を刺激するため認知症予防にもよいといわれている「めい絵」をはじめてみませんか～!

日時 7月14日(金)・28日(金)・8月18日(金)・25日(金)
9月1日(金)・15日(金)
午前10時30分～12時【全6回】

講師 吉村 昌子氏(大阪市生涯学習インストラクター)

対象者 全6回とも出席可能な方

定員 10名

参加費 100円(資料代として) ※初回の講習日にお支払いください

申込 6月13日(火)午前11時～6月20日(火)午後4時の間
本人が電話または窓口へ★

絵画教室

少人数で、講師の方の指導が好評の絵画教室に参加してみませんか♪初心者の方も大歓迎です!みんなで楽しく絵を描いてみませんか?

日時 7月14日(金)・28日(金)・8月18日(金)・25日(金)
9月1日(金)・15日(金)午後1時30分～3時【全6回】

講師 吉村 昌子氏(大阪市生涯学習インストラクター)

対象者 全6回とも出席可能な方

定員 10名

参加費 100円(資料代として) ※初回の講習日にお支払いください

申込 6月13日(火)午前11時～6月20日(火)午後4時の間
本人が電話または窓口へ★

無料 ボッチャリーダー養成講座

ルールが簡単で体力の有無が勝負に影響せず、チームの戦略によっては大逆転の可能性もあるのがこのスポーツの魅力です!地域でこのスポーツを広く普及してみたい方、ぜひご参加ください!詳細はチラシを確認してください。

日時 7月6日(木)午後1時30分～3時
場所 在宅サービスセンターさざなみ 3階
定員 20名(先着順)

持ち物 水分補給のための飲み物、汗を拭くためのタオル

申込 下記へ電話、または右記の2次元コードにて受付

問合せ 06-6686-2234(住之江区社会福祉協議会)

協力:(社)大阪府障害者福祉・スポーツ協会 障がい者スポーツ振興部

主催:住之江区社会福祉協議会(老人福祉センター・生活支援体制整備事業)



住之江区老人福祉センターだより令和5年6月号

6月

◇ご利用には老人福祉センターの利用証が必要です。
お持ちでない方は、作成いたしますので窓口へ申し出て下さい

イレブンスマイルカフェがオープンします♪

日時 6月17日(土)・29日(木)
午後2時～3時30分

場所 住之江区老人福祉センター 多目的

※カフェはお菓子付きで50円(有料)になります

いよいよイレブンスマイルカフェが6月よりはじまります。交流の場などに、ぜひご利用ください。みなさまのお越しをお待ちしております。

♥イレブンスマイルカフェは月2回開催予定です♥

7月は7月15日(土)・25日(火)午後2時～3時30分を予定しています♪

無料 かんたんビクスとやさしい体操

～立位による簡単な動きと座位によるタオル体操～

タオルを使ってイスに座っておこなう体操と立っておこなう簡単な体操です。体力に自信のない方、運動経験のない方ももちろん元気な方までご参加いただけます。楽しく運動効果を目指しながら、長谷川先生と一緒に体操してみませんか?

日時 7月14日(金)・28日(金)・8月1日(火)・8日(火)
午後1時30分～2時30分【全4回】

講師 長谷川 司氏(健康運動指導士)

定員 20名

持ち物 フェイスタオル(タオルを使う体操なので必ずお持ち下さい)

水分補給のための飲み物 ※当日は運動しやすい服装でお越し下さい

申込 6月13日(火)午前11時～6月20日(火)午後4時の間
本人が電話または窓口へ★

無料 リフレッシュ体操教室

今回のリフレッシュ体操教室は小さいバランスボールを使ってストレッチを中心に身体をほぐしていきます!身体を動かしてリフレッシュしませんか?

日時 6月22日(木)・29日(木)・7月13日(木)・27日(木)
午後1時30分～2時30分【全4回】

講師 福家 洋平氏(はりきゅう院歩(あゆみ)代表)

対象者 全4回とも出席可能な方

定員 22名

持ち物 水分補給のための飲み物、汗を拭くためのタオル

申込 6月2日(金)午前11時～6月8日(木)午後4時の間
本人が電話または窓口へ★

無料 スマホ活用講座7月【LINEの活用方法】

《スマホ活用講座7月》メッセージや写真を送ったり、友だち追加、整理や管理などLINEを使いこなしてみませんか～!!

日時 7月1日(土) 午後1時30分～3時

【ボランティアによるスマホ個別相談会 午後3時～3時30分】

講師 吉田 恵子氏・磯崎 文氏《パソコンボランティアWing(ウィング)》

対象者 スマホをお持ちの方 ※スマホをお持ちの方対象の講習会です

定員 15名

持ち物 スマホ(かんたんスマホ含む)、筆記用具
※スマホは十分充電をしてお持ちください

申込 6月6日(火)午前11時～6月13日(火)午後4時の間
本人が電話または窓口へ★



受講終了後に、老人福祉センタースマホボランティアによる個別相談会を実施いたします。受講者の方は講座終了後にスマホに関する質問等がございましたら、個別相談ブースにお集まりください。ボランティアによる相談会なのですべての質問にお答えできるとは限りませんので、ご了承ください。

★定員超えた講座は受付期間終了後、抽選の上、講習会にご参加いただける方のみお電話にてご連絡いたします。