

9月

◎利用される方へ
 ★市内在住 満60歳以上の方★利用時間 午前10時から午後5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ください)



9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	囲碁・将棋開放	
3火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	カラオケ2	囲碁・将棋開放	編物2
4水	健康体操B	卓球		ビューティーセミナー 「美肌と健康(お肌の水分測定)」	卓球開放	
5木	健康体操A			カラオケ1	囲碁・将棋開放	
6金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	
7土	囲碁	卓球		カラオケ開放	囲碁・将棋開放	イレブンスマイルカフェ 13:30~15:30
8日	休館日					
9月	百歳体操① 百歳体操②	卓球	ウクレレ	カラオケ2	囲碁・将棋開放	
10火	百歳体操③ 百歳体操④		謡曲	フラ レアレア	囲碁・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	卓球	手づくり講習会 「ハロウィンの タペストリーづくり」	足育講座とストレッチ体操	卓球開放	
12木	囲碁		大正琴	ボッチャ開放	囲碁・将棋開放	
13金	百歳体操③ 百歳体操④	ぬり絵教室	茶道	7・8・9月生まれの誕生会	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
14土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
15日	休館日					
16月	休館日					
17火	百歳体操③ 百歳体操④		編物1	みんなで楽しくリズムダンス 14:00~15:00	囲碁・将棋開放	編物2
18水	健康体操B	卓球	スマホボランティア 養成講座	俳句	卓球開放	男性の体操教室
19木	民踊B			民踊A	囲碁・将棋開放	
20金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	
21土	囲碁	卓球		スマホ活用講座	囲碁・将棋開放	顔ヨガ・目ヨガ・ らくらくヨガ
22日	休館日					
23月	休館日					
24火	百歳体操① 百歳体操②		謡曲	フラ レアレア	囲碁・将棋開放	イレブンスマイルカフェ 13:30~15:30
25水	書を楽しむ会	卓球	囲碁サークル南港交流大会 10:00~15:30	足育講座とストレッチ体操	卓球開放	囲碁サークル南港交流大会 10:00~15:30
26木	午前中断水			チーズセミナー~入門編~	囲碁・将棋開放	筆ペン講習会
27金	百歳体操③ 百歳体操④	ぬり絵教室	茶道	音楽療法	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
28土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
29日	休館日					
30月	9時~13時30分(予定)まで停電				囲碁・将棋開放	

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。

住之江区老人福祉センター 事業報告1 しあわせアツアの食事術と理学療法士さんによる体操の 高齢者の食育セミナーを開催しました

今回は毎日の生活に欠かせない食事のお話と理学療法士さんによる簡単な体操をしました。楽しいトークに時折笑いつつ、熱心にお話を聞かれ、最後に身体を動かしてリフレッシュされていました。



住之江区老人福祉センター 事業報告2

交通ルールと自転車の正しいマナーを基礎から学べる！交通安全教室を開催しました

普段何気なく乗っているけど意外に知らない自転車の正しいマナーやルールのお話を聞き、最後には実際の自転車を運転するシミュレーションの体験をしました。シミュレーターに苦戦しながら楽しく安全講習を学びましたよ。



「うきうき絵画」サークルからの推薦作品



角石 省三



岡 清恵

今月は「うきうき絵画」サークルさんの作品を掲載します。絵画が大好きな方々が集まった素敵なサークルです。ぜひご鑑賞ください。



9・10月ポッチャ情報

9月のポッチャ開放デー

日時 9月12日(木)

10月のポッチャ開放デー

日時 10月10日(木)

両日とも、午後1時30分~2時30分
 ※定員なし・申込不要・参加無料です

無料 9・10月のカラオケ開放情報

日付：9月7日(土)午後1時~3時
 定員：15名(先着順)
 申込：受付中

日付：10月11日(金)午後1時~3時

定員：15名(先着順)
 申込：9月7日(土)午前11時~
 ※当分の間、カラオケ開放は不定期に月1回、事前申込でおこなう予定です。

9月のイレブンスマイルカフェ情報

日時 9月7日(土)・24日(火)午後1時30分~3時30分

場所 住之江区老人福祉センター 多目的室

※カフェはお菓子付きで50円(有料)になります。

