

秋の演奏会(事前申込型) ウィークデイアンサンブル

日時 9月25日(金)午後1時30分~2時30分
場所 住之江区老人福祉センター 大広間
出演者 ウィークデイアンサンブル
定員 15名
受付 9月2日(水)午前11時~9月12日(土)午後4時まで

無料

スマホ活用講座 シニアもスマホを使いこなそう!

日時 9月26日(土)午後1時30分~3時
場所 住之江区老人福祉センター 大広間
講師 吉田 恵子氏(パソコンボランティア Wing - ウィング)
定員 15名
対象者 スマートフォンをお持ちの方 ※スマートフォンをお持ちの方対象の講座です
持ち物 スマートフォン(かんたんスマホ含む) ※充電してお持ちください
筆記用具
受付 9月10日(木)午前11時~9月17日(木)午後4時まで

無料

講習会「第2回ウォーキングと健康体操」

日時 9月14日(月)・29日(火)・10月14日(水)【全3回】
午後1時30分~2時30分 ※全3回とも出席可能な方
場所 住之江区老人福祉センター 大広間・住之江公園(最終日予定)
講師 長谷川 司氏(健康運動指導士)
定員 15名
持ち物 水分補給の為の飲み物・タオル
受付 9月1日(火)午前11時~9月8日(火)午後4時まで
★運動しやすい服装でお越しください。最終日、天気よければ住之江公園でウォーキングを行いますので、運動靴(スニーカー)でご参加ください。

無料

講習会「私も知りたい最低限のキャッシュレス」

私も知りたい最低限のキャッシュレスとマイナンバーカードポイント還元について
日時 10月6日(火)午後1時30分~3時
場所 住之江区老人福祉センター 大広間
講師 大阪府金融広報委員会・金融広報アドバイザー 天辻 悦子氏
定員 15名
受付 9月11日(金)午前11時~9月23日(水)午後4時まで

無料

★上記4つのイベント「ウィークデイアンサンブル」・「スマホ活用講座」・「ウォーキングと健康体操」・「私も知りたい最低限のキャッシュレス」はすべて本人が電話または窓口にて受付。
定員を超えた場合は抽選の上、**当選者のみ**電話連絡いたします。

好評!
大人のぬいえ
受付にてお渡しして
あります。

やってみませんか?



ノルディックウォーク講習会

日時 9月23日(水)午後1時30分~3時30分 ※雨天順延(10/9 予定)
集合場所 住之江区老人福祉センター 大広間
★ウォーキングルート===南加賀屋公園~住之江公園~住吉川遊歩道~
講師 野明亮氏、他1名(一般社団法人全日本ノルディック・ウォーク連盟)
定員 20名
参加費 30円(保険代)
持ち物 水分補給の為の飲み物・タオル
※ご自分のポールをお持ちの方は、当日お持ちください。
お持ちでない方は貸出しますので申込時にお申し出ください。
受付 9月9日(水)午前11時から本人が窓口にて申込
★マスク着用の上、運動しやすい服装でお越しください

★講習会「今日からできる認知症予防」

日時 9月30日(水)・10月7日(水) 各日午後1時30分~2時30分
★2日間のうち、いずれかの日時でお申込みください。
場所 住之江区老人福祉センター 大広間
講師 松下 太氏(森ノ宮医療大学 作業療法学科教授)
定員 各日15名
受付 9月8日(火)午前11時~9月18日(金)午後4時までの間、
本人が電話または窓口にて申込
※受付期間内に定員を超えた場合は、抽選の上、当選者のみ電話連絡いたします。

無料

9月 いきいき百歳体操(事前申込型)

日時 ①: 9月8日(火)・14日(月)・28日(月)・29日(火)
午前10時~10時45分/全4回
②: 9月8日(火)・14日(月)・28日(月)・29日(火)
午前11時~11時45分/全4回
③: 9月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)
午前10時~10時45分/全4回
場所 住之江区老人福祉センター 大広間
受付 8月18日(火)午前11時~8月27日(木)午後4時の間、本人が
電話または窓口にて受付
※受付期間内に定員を超えた場合は、抽選の上、当選者のみ電話連絡いたします。

無料

定員
①・②・③
各12名程度