

5月センター予定表

日	曜日	センター事業		サ ロ ン	同好会活動 <3階> ※変更日程	
		行 事 / 講座名	開催時間		10:00~12:00	13:00~15:00 / 15:15~16:45
1	火	いきいき百歳体操	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ♥15:15~16:15	●	体操同好会2組	民謡同好会 住吉ハーモニカサークル
2	水	♥リズム体操	12:30~13:30	○	遊書会3組 うたごえサークル	千比呂会 アイリスパソコン同好会
3	木	休 館 日 (憲法記念日)				
4	金	休 館 日 (みどりの日)				
5	土	休 館 日 (こどもの日)				
6	日	休 館 日				
7	月			○	住吉卓球愛好会	健幸会
8	火	いきいき百歳体操 絵本読み聞かせ教室	①②♥③ 13:30~15:00	●	区老連コーラス	健幸会 あゆみ旬会 住吉S.H.Cシニアハーモニカ
9	水	教養講座「書道教室」 ♥リズム体操	10:00~12:00 12:30~13:30	○	卓球フレンド	千比呂会 アイリスパソコン同好会
10	木			○	卓球同好会	遠里小野吟詩会 若葉同好会 住吉ハーモニカ同好会
11	金	前期「楽しい健康体操」A・B いきいき百歳体操	10:00~12:15 ①②♥③	●		コスモス同好会 生花同好会1組2組 住吉ハーモニカ・サークル
12	土	レクカフェ	10:00~15:00	○	体操同好会1組	カナリア
13	日	休 館 日				
14	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組
15	火	いきいき百歳体操	①②♥③	●	体操同好会2組 和会	民謡同好会 折紙同好会 住吉ハーモニカ・サークル
16	水	♥リズム体操 いきいきライフサポーター定例会	12:30~13:30 13:30~15:30	○	遊書会2組 うたごえサークル	千比呂会 アイリスパソコン同好会
17	木	筆ペンイラスト入門	13:30~15:00	○	卓球同好会	
18	金	いきいき百歳体操 ♥みんなでダンス	①②♥③ 12:00~13:00	◆	健康太極拳同好会	コスモス同好会 英会話同好会1組 13:00~14:30 英会話同好会2組 14:45~16:45
19	土			○	住吉カラオケ教室	
20	日	休 館 日				
21	月			○	住吉卓球愛好会	健幸会 手芸クラブ
22	火	いきいき百歳体操 こもれびお楽しみ会	①②♥③ 13:30~15:00	●	区老連コーラス	住吉S.H.Cシニアハーモニカ
23	水	♥リズム体操	12:30~13:30	○	遊書会1組 卓球フレンド	
24	木	百歳体操体力測定会	13:00~15:00	○	若葉同好会	遠里小野吟詩会 住吉ハーモニカ同好会
25	金	前期「楽しい健康体操」A・B いきいき百歳体操	10:00~12:15 ①②	●		コーラス同好会 ※健康太極拳同好会
26	土	レクカフェ	10:00~15:00	○	体操同好会1組	カナリア
27	日	休 館 日				
28	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組
29	火	リフレッシュ体操・ハーモニー 健康講座「生活習慣病」 いきいき百歳体操♥③	10:30~12:00 14:00~15:00 15:15~16:15	●	※コーラス同好会	
30	水	卓球開放デイ 熟年世代からの財産管理	10:00~12:00 13:30~15:00	○		
31	木	卓球開放デイ	13:00~15:00	○	※若葉同好会	

事業 ♥印は事前申込不要、当日受付です。〈開館時間/日曜・祝日・年末年始を除く午前10時~午後5時〉
 サロン ○開館時間内利用可 ●12:30~利用可 ◆13:30~利用可

筆ペンイラスト入門

開催日時 5月17日(木)
13:30~15:00
場 所 2階会議室
定 員 20名(先着順)
講 師 本村勝好さん
参加費用 500円(教材費)
申込受付 4月20日(金)より

卓球開放DAY

開催日時 ①5月30日(水)
10:00~12:00
②5月31日(木)
13:00~15:00
場 所 3階集会室
定 員 各32名(先着順)
申込受付 4月20日(金)より

レクカフェ スタート

センターでくつろぎませんか?
コーヒー&ゲーム&おしゃべり
開催日時 5月12日(土)
5月26日(土)
10:00~15:00

場 所 センター2階会議室
※コーヒー等お菓子付き 100円
※毎月、第2・4土曜日開催予定

レクカフェ スタッフ募集!!

第2・4土曜日 レクカフェをお手伝い
して下さるメンバーを募集します
◎喫茶サービス◎ゲーム指導◎等々
ご都合の良い時間少しでもOKです!
定 員 20名(先着順)
申込受付 4月16日(月)~

リフレッシュ体操・ハーモニー

カラダをほぐすとココロもほぐれます!
開催日時 5月29日(火)
10:30~12:00
場 所 センター2階大広間
定 員 40名(先着順)
講 師 ダンスカンパニーMako主宰
岡竹 信さん
申込受付 4月20日(金)より

健康講座 生活習慣病について

開催日時 5月29日(火)
14:00~15:00
場 所 3階集会室
定 員 80名(先着順)
講 師 秋山慶太先生
申込受付 5月10日(木)より



平成30年4月16日発行
センターだより5月号
大阪市立
住吉区老人福祉センター
〒558-0032
住吉区遠里小野1-1-31
電話 6694-1416
Fax 6606-3412
申込受付は各事業の受付日をご
覧ください。
窓口・電話共に9:30受付開始です。
ホームページでもご覧になれます
住吉区社会福祉協議会(検索)
<http://www.sumiyoshi-wel.net>

こもれびお楽しみ会

♪若さま参上!ウクレレライブ♪
開催日時 5月22日(火)
13:30~15:00
場 所 3階集会室
定 員 120名(先着順)
出 演 若木一壽さん
申込受付 5月10日(木)より

百歳体操体力測定会

◎半年に一度測定しましょう
開催日時 5月24日(木)
13:00~15:00
場 所 3階集会室
定 員 60名(先着順)
申込受付 5月10日(木)より

出前講座 熟年世代からの財産管理

開催日時 5月30日(水)
13:30~15:00
場 所 3階集会室
定 員 120名(先着順)
講 師 武地義治さん
(大阪府金融広報委員会金融広報アドバイザー
税理士・ファイナンシャルプランナー・行政書士)
申込受付 5月10日(木)より

事業報告



資料館見学



昼食は道成寺門前で



観光農園でフルーツマト狩り



みんなでいっしょに！
バスで行く旅
新しい学び、出会いが
いっぱい

△桜満開の道成寺

3月27日(火)
社会見学会②「和歌山方面」
歴史と文化を学ぶ旅
参加90名



稲むら火の館
防災映像



3Dメガネで
体感！

濱口梧陵記念館



3月29日(木)
健康講座
「高齢者のうつについて」
参加47名
講師 上間 武先生



病の起源から学びました。
ストレスとの向き合い方など
みなさんの毎日に役立つことが
ひとつでもあるとうれしいです。

3月30日(金)
卓球開放DAY 参加28名

最終回は自由参加でした。
前半は基本練習 & 多球練習
後半は1セットマッチゲームを
楽しみました。



人気スポーツの卓球。
みんなでワイワイ
ピン球に集中して
フットワークも軽快に
スキルアップを感じました！
今年度もできるだけ開催回数
を増やしたいと思っています。

センターからのお知らせ



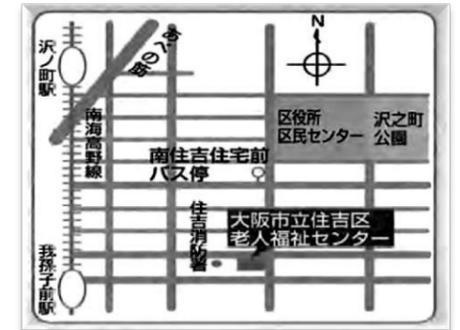
利用証の更新をしましょう！

年に一度の更新の時期が来ました。
2階受付窓口で手続きを行います。

住所・電話など変更のあった方は
お知らせください。

新しく利用される方は保険証など、
住所氏名年齢のわかるものを
ご持参ください。

※利用証無しでの入館はできません。



いきいき百歳体操からの
お知らせ

- 4月より1～4週の火・金曜日
①10:00～11:00 (大広間) 40名
②11:00～12:00 (大広間) 40名
③15:15～16:15 (集会室) 80名

◎申込・抽選で決定した皆さんで4月から
スタートしました。それでも、毎回
欠席者があります。5月より欠席者席
を当日参加席に開放します。
ただし、先着順。欠席者数のみの受付
とさせていただきます。せっかく来て
いただいても、参加できない場合も
あることをご理解ください。
③15:15～16:15は余裕がありますの
でこれから始めようと思う方は是非
お待ちしております！

老人クラブだより

●女性部研修会●



3月2日
水のめぐみ館「アクア琵琶」
信楽高原鉄道
わろてんか口ケ地「油日神社」



問合せ/住吉区老人クラブ連合会事務局 電話 6694-1416

報告

同好会だより **センターの目** 11



3月29日(火)
第4回 同好会連絡会 参加26同好会 46名

会費の収支報告ははじめ一年を振り返りました。次年度へ向け
話し合いました。会長はじめ役員のみなさん一年間お世話になりました。
繋がりを絆にして、全てにおいてスキルアップ！
◎5月10日(木)平成30年度 第1回同好会代表者会
(旧同好会連絡会)開催予定です！

