

7月 センター 予定表

日	曜日	センター事業 ※は振替分		サ ロ ン	同好会活動 <3階>※は振替分	
		行事・講座・教室名	開催時間		10:00~12:00	13:00~15:00
1	日	休 館 日				
2	月			○	住吉卓球愛好会	健幸会
3	火	いきいき百歳体操 自然観察会 長居植物園	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ♥③15:15~16:15 13:30~15:00	▲	体操同好会2組	民謡同好会 住吉ハーモニカ・サークル
4	水	♥リズム体操	12:30~13:30	○	遊書会3組 住吉うたごえサークル	アイリスパソコン同好会 千比呂会(16:45終了)
5	木	同好会代表者連絡会	15:15~16:00	○	卓球同好会	コスモス同好会
6	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	コーラス同好会(13:30開始)
7	土			○	卓球フレンド	
8	日	休 館 日				
9	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組
10	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 あゆみ句会 住吉S.H.Cシニアハーモニカ
11	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(16:45終了) アイリスパソコン同好会
12	木	着付け教室「浴衣」	14:00~15:30	○	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
13	金	前期「楽しい健康体操」A・B いきいき百歳体操	A10:00-B11:15 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
14	土	レクカフェ (13:00~市大マジックショー)	10:00~15:00	○	体操同好会1組	カナリア
15	日	休 館 日				
16	月	休 館 日(海の日)				
17	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
18	水	♥リズム体操 いきいきライフ・認知症サポーター連絡会	12:30~13:30 13:30~15:00	○	遊書会2組 住吉うたごえサークル	アイリスパソコン同好会 千比呂会(16:45終了)
19	木	着付け教室「浴衣」	14:00~15:30	○	卓球同好会	若葉同好会
20	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2組13:00~14:30 英会話同好会1組14:45~16:45
21	土			○	住吉カラオケ	チアダンス同好会
22	日	休 館 日				
23	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組※手芸
24	火	いきいき百歳体操 こもれびお楽しみ会/三味線の旅	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
25	水	♥リズム体操 一日民謡教室	12:30~13:30 14:00~15:30	○	遊書会1組 卓球フレンド	
26	木	健康講座「骨粗鬆症について」	14:00~15:00	○	若葉同好会	住吉ハーモニカ同好会 遠里小野吟詩会
27	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	▲		コーラス同好会(13:30開始)
28	土	レクカフェ (13:00~絵本ライブ)	10:00~15:00	○	体操同好会1組	カナリア
29	日	休 館 日				
30	月	※前期「楽しい健康体操」A・B	A13:00-B14:15	○	※卓球愛好会	
31	火	リフレッシュ体操・ハーモニー 卓球開放デイ③	10:30~12:00 13:00~15:00	▲	サロンの卓球も13:00から	★

事業 ♥印は事前申込不要、当日受付です。<利用時間/日曜・祝日・年末年始を除く午前10時~午後5時>

サロン ○10:00~17:00利用可 ▲13:00~利用可(みんなでダンス開催日は13:15~) サロン卓球は通常通り可

健康のついで「自然観察会」

初夏の自然をたのしみましょう

開催日時 7月3日(火)
13:30~15:00

場 所 長居植物園
集合時間 長居植物園入口前
13:15集合

定 員 60名(先着順)
参加費 30円(保険代)
講 師 大阪ガス福祉財団より
申込受付 6月19日(火)より

こもれびお楽しみ会 三味線でめぐる日本の旅

開催日時 7月24日(火)
13:30~15:00

場 所 3階集会室
定 員 120名(先着順)
講 師 桜秀会 眞田旺枝さん
申込受付 7月3日(火)より

一日民謡教室

8月1日(水)の「盆踊り大会」に向け
先取りお稽古会!楽しく踊りましょう

開催日時 7月25日(水)
14:00~15:30

場 所 3階集会室
定 員 60名(先着順)
講 師 西野正子さん
協 力 千比呂会
申込受付 7月3日(火)より

健康講座 骨粗しょう症について

開催日時 7月26日(木)
14:00~15:00

場 所 3階集会室
定 員 80名(先着順)
講 師 小宮正治先生
申込受付 7月10日(火)より

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 7月31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 7月10日(火)より

同好会代表者連絡会

7月5日(木) 15:15~16:00

2018 7

住吉区老人福祉センターだより

平成30年6月15日発行
センターだより7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9:30受付開始。
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

レクカフェ イベント情報

7月14日(土)13:00市大マジックショー

7月28日(土)13:00絵本ライブ

10:00~15:00 ※当日受付です!

(レクカフェはどなたでも利用できます)



平成30年度短期講座「中期」

8月~11月<全8回>受講生募集!
楽しい健康体操 講師 白濱 善弘先生

<定員各60名> 第2・4金曜日 3階集会室
A組10:00~11:00 B組11:15~12:15

○A組かB組かを選び、お申し込みください。
○教材費1,000円を初回に徴収します。

○未受講者優先・体操同好会以外の方
申込受付 6月15日~6月30日

発 表 7月13日(金)10:00~

着付け教室「浴衣」(全2回)

開催日時 7月12日(木) 19日(木)
14:00~15:30

場 所 3階和室
定 員 10名
講 師 竹村照子さん
申込受付 6月19日(火)より

参加無料です
持ち物等詳細は窓口へ!

卓球開放DAY③

開催日時 7月31日(火)
13:00~15:00

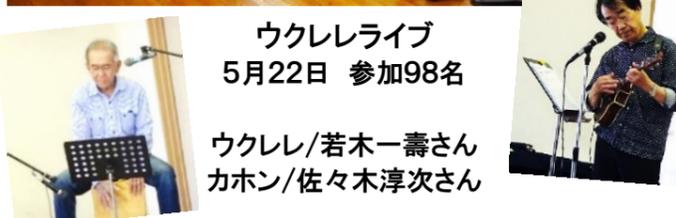
場 所 3階集会室
定 員 32名(先着順)
申込受付 7月10日(火)より



事業報告



ウクレレとカホン
セッションは魅力的でした



ウクレレライブ
5月22日 参加98名

ウクレレ/若木一壽さん
カホン/佐々木淳次さん



熟年世代からの財産管理
講師 武地義治さん

出前講座
5月30日 参加40名



百歳体操体力測定会
5月24日 参加42名

- ①両眼片足立ち位
- ②Timed up & Go

日頃の成果を確認！
半年に一度測定します



昭和の名曲をみんなで歌い
青春プレイバック!!

音楽ライブ♪昭和歌謡特集
6月2日 参加122名
泉屋(木本 泉さん)

◀ 昭和スタイルで登場の泉屋さん



筆ペンイラスト入門
5月17日 参加17名 講師 本村勝好さん
「竹」をテーマに作品完成!



温泉卓球なんて言わせません!

卓球開放デイ①②
①5月30日②5月31日 参加合計45名



健康講座

生活習慣病について
5月29日 参加59名 講師 秋山慶太先生



丁寧な質疑応答に
みなさん
安心の笑顔

※声に出して言ってみましょう

あめんぼの歌 北原白秋

水龜赤いなあいうえお
あめんぼ あかいな あいうえお
浮藻に小蝦も泳いでる
うきもに こえびも およいでる
柿の木栗の木かきくけこ
かきのき くりのき かきくけこ

納戸にぬめってなにねばる
なんどに ぬめって なにねばる
鳩ポッポほろほろはひふへほ
はとぼぼ ほろほろ はひふへほ
日向のお部屋にや笛を吹く
ひなたの おへやにや ふえをふく

山田に灯のつくよいの家
やまだに ひのつく よいのいえ
雷鳥寒かろりるれろ
らいちょう さむかろ らりるれろ
蓮華が咲いたら瑠璃の鳥
れんげが さいたら るりのとり

わいわいわっしょいわあうを
わいわい わっしょい わいうえを
植木屋井戸換へお祭りだ
うきや いどがえ おまつりだ

事務所の窓から
職員のつぶやき Vol.38

誰かのために

センターの窓口、挨拶の声や笑顔と共に最近はいろいろな情報が届く。新聞記事やコラム、参加されたボランティアでの資料等々。「みなさんの役に立つかなと思って」センターに集う誰かのために、何か出来たら…シンプルで真っ直ぐな心が窓口をあたたかくする。何より嬉しい。小柄で華奢なM宮さん、活弁で聡明な方。元気をいただくお一人だ。先日参加された講座で、北原白秋の詩を使い発声練習「とても良かったから、皆さんにも！」と資料をいただいた。〈上記〉私も最近「むせる」ことが増えた。辛い。苦しい。誤嚥…悔れない。まずは声を出そう。アメンボアカイナアイウエオ アイガアフレルセンターに！ 奥田

老人クラブだより



グラウンドゴルフ大会 5月10日(木)



上位入賞者のみなさん

参加者104名・沢之町運動場で開催しました。
スコアーは、優勝(38)・準優勝(46)と好成績でした。

問合せ/住吉区老人クラブ連合会事務局 電話 6694-1416

同好会だより **セン太の目** 13

今年度4月よりスタートした同好会を紹介します!

『コーラス同好会』 講師 佐藤美弥子先生
会員数はセンター同好会最多の120名。
120名がなんと車座になって!!歌う歌う。
これからの活動、目が離せません!

この日は先生手作りの
星や月を持ちながら
歌いました。

