

1 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〉※振替分(振替前の日程)	
		行事・講座名	開催時間		10:00~12:00	13:00~15:00
1	火				休 館 日	
2	水				休 館 日	
3	木				休 館 日	
4	金	いきいき百歳体操 ①10:00~11:00②11:00~12:00③♥15:15~16:15 ♥みんなでダンス(12:00~13:00)		▲	健康太極拳同好会	コーラス同好会(13:30~)
5	土			○	卓球フレンド	
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 あゆみ句会 住吉S.H.Cシニアハーモニカ
9	水	♥リズム体操	12:30~13:30	○	卓球フレンド ※遊書会3組(1/1)	アイリスパソコン同好会 千比呂会(16:45終了)
10	木	同好会代表者連絡会	15:15~16:30	○	卓球同好会	若葉同好会 遠里小野吟詩会 住吉ハーモニカ同好会
11	金	後期「楽しい健康体操」A・B いきいき百歳体操	A10:00・B11:15 ①②♥③	▲	※生花同好会1組・2組 (午後分)	コスモス同好会 住吉ハーモニカサークル
12	土	レクカフェ (13:00~市大落研)	10:00~15:00	○	体操同好会1組	カナリア
13	日				休 館 日	
14	月				休 館 日(成人の日)	
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・認知症サポーター定例会 レクカフェボランティア連絡会	12:30~13:30 13:30~15:00 15:00~16:00	○	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)
17	木	大人のぬり絵	13:30~15:00	○	卓球同好会	
18	金	いきいき百歳体操	①②♥③	▲	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
19	土			○	住吉カラオケ	チアダンス同好会
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「ボイトレ」	①②♥③15:30~ 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	○	卓球フレンド 遊書会1組	※ディスコン1組(1/14) ※アイリスパソコン(1/2)
24	木			○	若葉同好会	住吉ハーモニカ同好会 遠里小野吟詩会 ※ディスコン2組(1/14)
25	金	後期「楽しい健康体操」A・B いきいき百歳体操	A10:00・B11:15 ①②♥③	▲		コーラス同好会(13:30~)
26	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
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「循環器・心臓病」	10:30~12:00 14:00~15:00	▲	※体操同好会2組(1/1)	※住吉ハーモニカサークル(1/1) ※民謡同好会(1/1)15:15~
30	水	出前講座「終活」	13:30~15:00	○	※住吉うたごえサークル(1/2)	
31	木	住まい・空家のセミナー	13:30~15:00	○	※若葉同好会(1/17)	
サロン 活動		○開館時間内利用可。(日曜・祝日・年末年始を除く午前10時~午後5時) ▲13:00~利用可 ♥印は参加申込不要 ※振替活動日(カッコ内は振替前の日程です)				



大人のぬり絵

カレンダーを作しましょう
日 時 1月17日(木)
13:30~15:00
場 所 センター2階会議室
定 員 20名(先着順)
参 加 費 無料
持 ち 物 色鉛筆
申込受付 12月20日(木)より



こもれびおたのしみ会 ボイストレーニング

声と表情を明るく!
からだと呼呼吸のトレーニング
日 時 1月22日(火)
13:30~15:00
場 所 センター3階集会室
定 員 60名(先着順)
講 師 和田ちさとさん
申込受付 12月20日(木)より



リフレッシュ体操・ハーモニー

カラダとココロをほぐします!
日 時 1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 岡竹 信さん
申込受付 1月10日(木)より



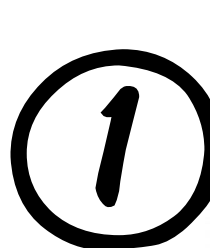
健康講座 循環器・心臓病について

日 時 1月29日(火)
14:00~15:00
場 所 センター3階集会室
定 員 80名(先着順)
講 師 山本茂宏先生
申込受付 1月10日(木)より



住まい・空家のセミナー

その時になって慌てない! 困らない!
日 時 1月31日(木)
13:30~15:00
場 所 センター3階集会室
定 員 100名(先着順)
講 師 既存住宅・空家プロデュース協会
申込受付 1月10日(木)より

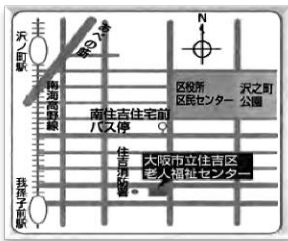


2019

千鳥足
すま
ご挨拶
あめでよう

住吉区老人福祉センターだより

平成30年12月15日発行
センターだより1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>



年末は12月28日(金)まで
年始は1月4日(金)から開館します

今月のレクカフェ

1月12日・26日(土)10:00~15:00
今月のレクカフェライブ
12日 13:00~13:30 レクカフェ寄席
大阪市立大学落語研究会
26日 13:00~13:30 絵本ライブ



出前講座「終活」

~人生をより良く締めくくるために~
日 時 1月30日(水)
13:30~15:00
場 所 3階集会室
定 員 60名(先着順)
講 師 りそな銀行 大阪公務部
申込受付 1月10日(木)より

今年もよろしく
お願いいたします



川柳・挿絵
大西晴雄さん作
「ほのぼの歳時記」より

平成30年度老人福祉センター利用者
アンケート(モニタリング含)調査実施中。
ご協力よろしくお願いいたします。

事業
報告

こもれびお楽しみ会 健康講座&音楽会

11月27日 参加93名
「学んで、楽しんで 一回で二度おいしい講座！」
とても好評でした。



演奏

大阪市立大学 交響楽団(カルテット)



卓球開放デイ⑤

11月29日 参加者30名



基本練習中心に汗を流しています。
最後は1セットゲーム。夫婦対決も！



▲講師の石田先生
終活のヒントがたくさんありました

楽しく学ぼう成年後見制度&マジックショー

11月22日 参加66名

講師 成年後見センター・リーガルサポート大阪支部 石田頼義さん
マジック/すみ子&ヒロ子

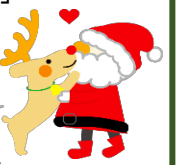


レクカフェ ニュース

保育園児さんを招いて折紙で
クリスマスの飾りをつくりました！



「先生じゃなくて
「たみちゃん」って呼んでね」
「いいよ〜！」
子どもたちとの
微笑ましいやりとり。
ボランティア講師の
浅野民子さん大活躍でした。
コーヒ一片手におとなも夢中！



よみがえる青春♪音楽ライブ

出演 泉屋

12月1日 参加 122名



とび入りの
佐々木さん
名演でした



第6回 住吉区防災イベント 12月1日住吉区民大ホール 参加540名
住吉区社会福祉協議会主催 センターボランティアさんも参加！



老人クラブだより

住吉区高齢者趣味の作品展

11月14日・15日

住吉区民センター・大ホール



準備

今年も力作が並び
大盛況の
二日間でした



開会式



会場全体



受付



問合せ/住吉区老人クラブ連合会事務局 電話 6694-1416



ディスコン体験教室

11月29日 参加者22名

同好会メンバーが講師となり、ディスコン
のルールから楽しみ方まで、丁寧な指導。
グループに分かれ、ゲーム対戦も白熱。
みなさん良い時間になったようです！
新しいメンバーが増えそうですね。

場所の都合もありますが、体験教室を
希望される同好会は、事務局まで
ご相談ください。

編集後記

まっしぐら
仕事も
恋も
いっしょ

利用者のおひとり、大西晴雄さんの
おなじみの「ほのぼの歳時記」
亥年カレンダーが届いた。
手作りのオリジナル。待ち遠しかった。
「実は私、当たり年なんです！」
以前、少し余計な話をした。
「イノシシに乗ってる子、似てるやろ！」
なんとともてつけた表情が愛らしい。私？！
画・書・川柳 晴雄さんの感性が光る。
「いつも頑張ってるなあ。まっしぐらや。」
恋は知らんけどな(笑)無理しなや！
お礼を言うつもりが、励ましていただいた。
晴雄さんありがとう。佳い年にします。
みなさんにもセンターにも幸せな亥年に。
…たまには寄り道して帰ろうかな。奥田