

6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〉	
		行事・講座・教室名	開催時間		10:00~12:00	13:00~15:00 / 15:15~16:45
1	土			○	卓球フレンド	
2	日	休館日				
3	月			○	住吉卓球愛好会	健幸会
4	火	♥いきいき百歳体操 ①10:00~11:00②11:00~12:00③15:15~16:15		▲	体操同好会2組	民謡同好会 住吉ハーモニカ・サークル
5	水	♥リズム体操 絵本の読み聞かせ教室	12:30~13:30 13:30~15:00	○	遊書会3組 住吉うたごえサークル (10:30開始)	アイリスパソコン同好会 あやめ会(13:45~16:45)
6	木			○	卓球同好会	コスモス同好会
7	金	♥いきいき百歳体操 ♥みんなでダンス ボウリング大会(マグスミノエ)	①②③ 12:15~12:45 13:00~15:00	▲	健康太極拳同好会	コーラス同好会(13:30開始) 住吉ハーモニカ・サークル
8	土			○	体操同好会1組	カナリア
9	日	休館日				
10	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組
11	火	♥いきいき百歳体操 ♥脳トレぬり絵	①②③ 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
12	水	♥リズム体操	12:30~13:30	○	卓球フレンド	あやめ会(16:45終了) アイリスパソコン同好会
13	木	ペン字教室 初心者ハーモニカ教室 ♥レク☉カフェ	10:00~11:30 10:00~11:30 12:00~15:30	○	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
14	金	前期「楽しい健康体操」A・B 初めてのハングル ♥いきいき百歳体操	10:00~12:15 13:00~14:30 ①②③	▲		コスモス同好会 生花同好会1組2組
15	土			○		チアダンス同好会
16	日	休館日				
17	月			○	住吉卓球愛好会	健幸会 手芸クラブ
18	火	♥いきいき百歳体操	①②③	▲	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
19	水	♥リズム体操 いきいきライフ・認知症サポーター定例会 レクカフェ打ち合わせ会	12:30~13:30 13:30~15:00 15:00~16:30	○	遊書会2組 住吉うたごえサークル (10:30開始)	あやめ会(16:45終了) アイリスパソコン同好会
20	木			○	卓球同好会	若葉同好会
21	金	♥いきいき百歳体操 ♥みんなでダンス	①②③ 12:15~12:45	▲	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
22	土	♥レク☉カフェ	12:00~15:30	○	体操同好会1組	カナリア
23	日	休館日				
24	月			○	ディスコン同好会1組	ディスコン同好会2組
25	火	♥いきいき百歳体操 お誕生会(4・5・6月生まれ)	①②③ 13:30~15:00	▲	区老連コーラス	住吉S.H.Cシニアハーモニカ
26	水	♥リズム体操 高齢者のための音楽療法	12:30~13:30 14:00~15:30	○	卓球フレンド 遊書会1組	
27	木	百歳体操 体力測定会	13:30~15:00	○	若葉同好会	遠里小野吟詩会 住吉ハーモニカ同好会
28	金	前期「楽しい健康体操」A・B ♥いきいき百歳体操	10:00~12:15 ①②③	▲		コーラス同好会(13:30開始)
29	土			○	住吉カラオケ教室	住吉カラオケ教室

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)
▲囲碁将棋のみ13:00~利用可。♥印は参加申込不要。先着順です。直接どうぞ!

住吉区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

第15回 ボウリング大会

開催日時 6月7日(金)
13:00~15:00
場 所 マグ ボウルスミノエ
住之江区泉1-1-82
☎6685-8860
*市バス「地下鉄住之江公園」
*地下鉄四つ橋線「住之江公園」
集 合 12:45マグ ボウルスミノエ2階
参加費用 830円(2ゲーム+保険代)
※貸靴料(300円)交通費等は各自実費負担
定 員 40名(先着順)
ル ー ル 等 1レーン4名・2ゲームマッチ
○女性には1ゲーム20点のハンディがつきます
同点時は年齢の高い方が上位となります
終了後同フロアで表彰式予定

申込受付 5月21日(火)より
※申込用紙に記入、保険代30円を添えて!
ゲーム代(800円)は当日徴収します。

お誕生会&おたのしみ演芸会

今年度も年間4回お誕生会を開催します。
4・5・6月生まれの方、また当日一緒にお祝いして下さる方を募集します!
開催日時 6月25日(火)
13:30~15:00

場 所 3階集会室
内 容 <第1部>13:30~14:00
①お誕生会(お誕生者の紹介・
記念写真・園児からのプレゼント
とお祝いの歌と踊り)
<第2部>14:00~15:00
②演芸会(住吉SHCシニアハーモニカ
同好会・ヤクルト(株)・
遠里小野保育園園児さん)

定 員 120名(先着順)
申込受付 5月21日(火)より
①4月~6月生まれの方はお申し出ください
→締切 6月21日(金)
②演芸会の出演者は常時募集しております。
※9月、12月、3月のお誕生会出演
③①、②以外の一般参加の方申込不要、当日受付

「高齢者のための音楽療法」

お腹から声を出してリフレッシュ!
開催日時 6月26日(水)
14:00~15:30
場 所 3階集会室
定 員 120名(先着順)
※住吉うたごえサークル同好会以外の方優先
講 師 平田 頼子先生
申込受付 6月10日(月)~6月18日(火)

住吉区老人福祉センターだより

2019

6

梅雨時に
は
晴れ間の日



令和元年5月15日発行
センターだより6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!



今月のレクカフェ&ライブ

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
6月13日(木)・22日(土)
12:00~15:30 センター2階会議室
6月のレクカフェライブ
☉22日 13:00~13:30 市大寄席
大阪市立大学落語研究会
※コーヒーお菓子付き100円
レクカフェ☉スタッフ募集中!!

百歳体操ワンポイントアドバイスと体力測定会

毎回やってる体操は正しいですか?
開催日時 6月27日(木)
13:00~15:00
場 所 3階集会室
講 師 介護予防健康運動指導士
上田綾子さん
定 員 60名(先着順)
申込受付 6月11日(火)より
※百歳体操解説後、体力測定。

事業報告

主に、前月中旬以前の結果を掲載しています。

ペン字教室(4月～)

以前から要望があった教室を開催することになりました。

講師
水谷小鶴(弘子)先生



初心者向け

ハーモニカ教室(4月～)

初めての人を対象に
少人数指導
講師は、住吉ハーモニカ同好会のベテラン
岩井敏三さんです。



ハンゲル教室(4月～)

以前から要望があった教室を開催することになりました。
講師は金 玖保先生

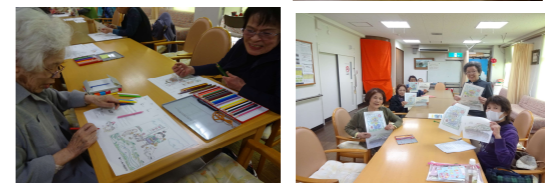
アニハセヨ～
オリンピックや
万博に
間に合うかな～



脳トレ大人のぬり絵

毎月開催になりました(4月～)
4月9日参加6名。5月7日参加8名。

ご自分の感性で
お好きなように・・・
思ったより？
皆さん上手でした。
本当です！



絵本の読み聞かせ教室(4月～)

引き続き毎月開催になりました
4月3日参加16名。
講師は長年紙芝居や朗読などのボランティア活動をされています
水谷友次さんです。



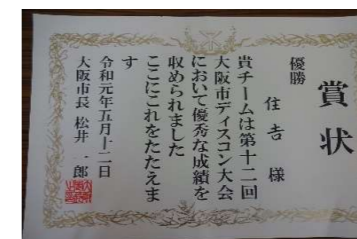
快挙！優勝！！

ディスコン2組

おめでとうございます。

5月12日(日)9:00～16:00
東淀川スポーツセンター
参加団体数40チーム
予選リーグから決勝トーナメント
をお勝ち抜いて見事優勝！
選手名 佐々木隆次さん
小林 英勝さん
松本 保さん
高田 克さん
浜田 幸子さん

拍手！拍手！拍手！



卓球開放デー

4月24日 参加32名

皆さん真剣
な中にも和
気あいあい
と楽しんで
いました。



こもれびお楽しみ会

「骨・カルシウムセミナー」

雪印メグミルク(株) 4月23日 参加57名



パワーポイントを
使ったのわかり
やすい解説
講師は栄養士さん
でした。

皆さん真剣に
聞いたりメモしたり
していました。



座学の後、
試飲で
カルシウムを
実感！？



体験教室

自力整体で心身リフレッシュ

4月25日 参加82名

講師:金 京子先生



日ごろ使わない
筋肉や脂肪？を
柔らかくして
血流をよくして
新陳代謝や免疫力
をたかめました。



レクカフェ

出演 大阪市立大学落語研究会
今年度は、毎月第4土曜日は
市大落語研究会の出演が
決まりました。
出演者募集中です！

4月11日参加24名・27日参加31名

5月9日参加32名



同好会だより セン太の目

さわやかな新風

新講師でスタート！

体操同好会1組・2組の講師が決まりました。
長年にわたり講師をしていただきました白濱先生に代わり、
5月から新講師を迎えて再出発することとなりました。
白濱先生には長期にわたり大変お世話になりました。



新講師 上田綾子先生



編集後記

5月13日(月)午前に、ディスコン2組の代表が窓口に優勝カップと賞状を持ってこられた。聞けば前日の日曜日にディスコンの大阪市長杯で優勝したとのこと。参加40チームの頂点に立ったそうです。「数年前までは3位に甘んじていたが今回はカップを持って帰ることができて大変うれしい」(佐々木代表)とのことでした。だより6月号の最終記事構成のさなかのことでした。エイヤーと載せさせていただきました。センターのみinnで祝福しましょう。(T)