

9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	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 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00③15:15～16:15		▲	体操同好会2組	民謡同好会 住吉ハーモニカ・サークル
4	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～)	アイリスパソコン同好会 住吉あやめ会(13:45～16:45)
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	①②③ 12:15～12:45	▲	健康太極拳同好会	コーラス同好会(13:30～) 住吉ハーモニカ・サークル
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 ※手芸クラブ
10	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 あゆみ句会 住吉S.H.Cシニアハーモニカ
11	水	♥リズム体操	12:30～13:30	○	卓球フレンド	アイリスパソコン同好会 住吉あやめ会(13:45～16:45)
12	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
13	金	中期「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
14	土			○	体操同好会1組	カナリア
15	日	休 館 日				
16	月	休 館 日(敬老の日)				
17	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
18	水	♥敬老お祝いお楽しみ会 (区民小H) ※リズム体操はお休みです	13:00～16:00	○	遊書会2組 住吉うたごえサークル (10:30～)	アイリスパソコン同好会 住吉あやめ会(13:45～16:45)
19	木	囲碁将棋大会	10:00～16:30	○	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	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
21	土			○	住吉カラオケ	チアダンス同好会(13:30～)
22	日	休 館 日				
23	月	休 館 日(秋分の日)				
24	火	♥いきいき百歳体操 お誕生会&おたのしみ演芸会	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
25	水	♥リズム体操 健康講座「めまい・耳鳴り」	12:30～13:30 14:00～15:00	○	遊書会1組 卓球フレンド	
26	木	初心者ハーモニカ教室	10:00～11:30	○	若葉同好会	住吉ハーモニカ同好会 遠里小野吟詩会
27	金	中期「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～)
28	土	♥レクカフェ	12:00～15:30	○	体操同好会1組	カナリア
29	日	休 館 日				
30	月			○	※住吉卓球愛好会	※ディスコン同好会1組 /タカディスコン2組
サロン活動		○利用時間内可。(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！				

① 敬老お祝いお楽しみ会

開催日時 9月18日(水)

13:00～16:00

開催場所 住吉区区民センター小ホール

対 象 市内在住の方どなたでも

定 員 300名(当日先着順)

参加費用 無料

………プログラム………(予定)

市大応援団/尺八・三味線/園児さんダンス

邦楽/コンサートバンド/フラ/健康体操

●当日正午に特別警報又は暴風警報発令の時は中止させていただきます

○ご来場には公共交通機関をご利用ください

※当日の運営ボランティアスタッフ募集中！皆さんの心と力、待っています。窓口まで。

② 第7回 囲碁将棋大会

開催日時 9月19日(木)

10:00～16:30

場 所 センター2階大広間

定 員 各16名(多数抽選)

※トーナメント形式、ハンデ戦

参加費用 無料

申込期間 8月15日(木)～31日(土)

参加者発表 9月11日(水)

③お誕生会&おたのしみ演芸会

7・8・9月生まれの方、また当日一緒にお祝いしてくださる方を募集します！

開催日時 9月24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-記念写真他)

<第2部>14:00～15:00

②演芸会

定 員 120名(先着順)

申込受付 9月3日(火)より

○7月～9月生まれの方はお申し出ください
→締切 9月19日(木)

○お誕生月以外の方も一緒にお祝いしましょう

○演芸会の出演者も毎回募集しています。

④健康講座

～そのめまい、耳鳴り大丈夫？～

開催日時 9月25日(水)

14:00～15:00

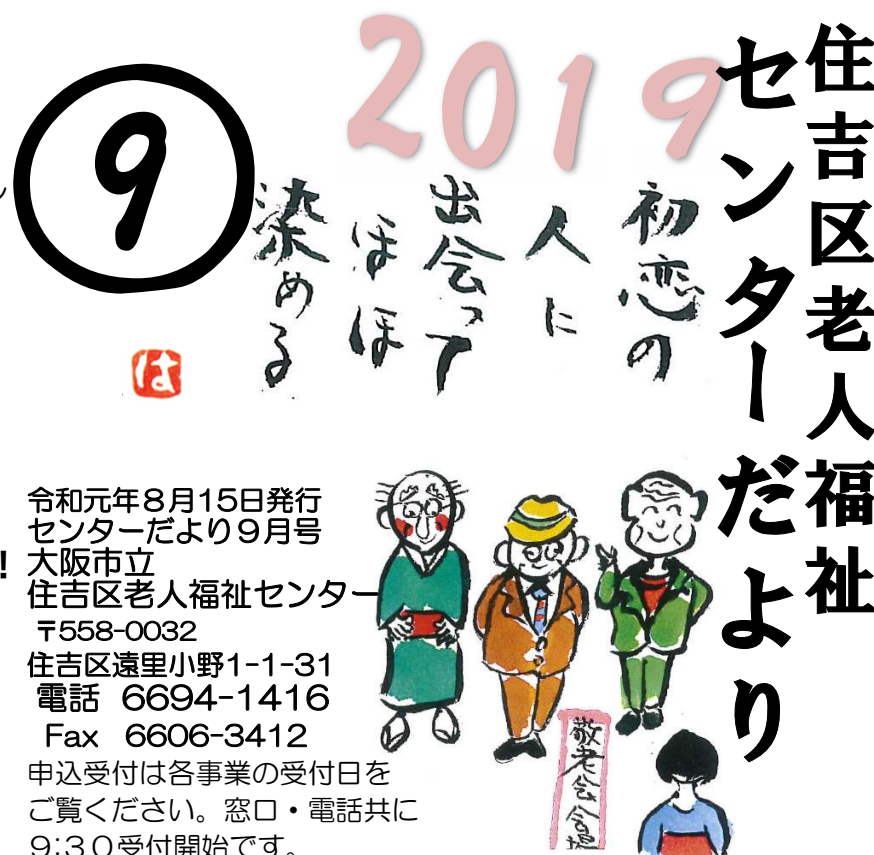
場 所 3階集会室

定 員 80名(先着順)

講 師 住吉区医師会

多田直樹先生

申込受付 9月10日(火)より



令和元年8月15日発行

センターだより9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。

利用時間 10:00～17:00

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>



9月のレクカフェ☺12:00～15:30

レクカフェライブ プログラム

12日(木)13:00～13:30

市大クラシックギター部

28日(土)13:00～14:00

市大寄席(落語研究会)

マジック(保澤ヒロ子さん)

※当日受付！

どなたでも利用できます

裏面(2面)に
10月スタートの
短期講座募集記事
掲載です！

⑤バスで行く社会見学会

明石方面 ～歴史と文化を学ぶ旅～

開催日時 10月2日(水)

9:00～17:30

場 所 兵庫県明石方面

内 容 アサヒ飲料工場見学・明石焼き

手作り体験・明石魚の棚商店街(予定)

定 員 90名(多数抽選)

参加費用 4,500円(お一人)

申込期間 8月19日(月)～8月31日(土)

※ひとり申込のみ

窓口・電話でも受け付けます

抽選発表 9月10日(火)11:00

手続期間 9月10日(火)～13日(金)

※当選の方は窓口で申込用紙記入、参加費の納入を

もって参加手続き完了とさせていただきます。

キャンセルは9月21日(土)まで。



短期講座＊受講生募集！

10月～3月〈月1回全6回〉

① 後期 実用書道(ペン字)教室

講師 水谷弘子先生

第2木曜日 10:00～11:30

3階会議室南〈定員20名〉

教材費 500円

② アフガン編みに挑戦！

講師 玉城東史子先生

第4水曜日 13:30～15:00

3階会議室南〈定員20名〉

準備 アフガン針・毛糸・他

③ 後期 初心者ハーモニカ教室

〈月2回全12回〉

講師 岩井敏三先生

第1・3木曜日 10:00～11:15

3階会議室北〈定員10名〉

○申込期間 8/15～8/31

○当選発表 9/13(館内に掲示)

※多数抽選 ①③未受講者優先

○窓口並びに電話申込可

事業報告

主な事業を掲載しています

こもれびお楽しみ会

楽笑エクササイズ

7月23日 参加66名

講師 上田綾子さん



企業の社会貢献シリーズ



タンパク質を摂りましょう

ロコモ対策

7月24日 参加87名

講師 味の素株式会社



卓球開放デイ②

7月25日 参加23名



みなさん熱心！
予防にはまめな水分補給が一番！

健康講座

熱中症の予防と安心

7月31日 参加51名

講師 山本茂宏先生



一日民謡教室

7月31日 参加84名

講師 西野正子先生

協力 住吉あやめ会

盆踊りに向け準備万端！



いよいよスマホデビュー！

簡単スマホ講習会

8月1日 参加20名

講師 ソフトバンク



よみがえる青春♪音楽ライブ
夏が来た!!

8月3日 参加130名

講師 泉屋(木本泉)さん

老人クラブだより

高齢者の元気は 地域の元気

老人クラブは、
健康づくり・いきがいづくり
地域づくりに取り組んでいます。

お問合せは
⇒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

今年も猛暑が続きます。
これから台風接近などで「特別警報」や
「暴風警報」が発令された場合
センターでは同好会活動も中止になります。
連絡網をフル活用してスムーズに周知し、
安心安全を心がけましょう。

「無理なく休んで、しっかり水分補給！
体調管理を心がけてね」 byセンタ

次回、同好会代表者連絡会は
9月5日(木)15:15～です。



第一回輪投げ大会

7月30日 参加39名

優勝 戸田佳子さん

準優勝 中原洋子さん

第三位 道倉郁子さん

たかが輪投げ！されど
輪投げ！楽しめました



当会の発信者 センター あの人

上原光二さん

センター周辺の草、伸び放題でした。
「まかせとき！」炎天下、半日かけて
見事にスッキリ！後片付けまで見事。
手際の良さに見とれてしまいました。
いつもご夫婦で来館。笑顔が優しい
おとうさんです。



編集後記

体調不良から、三か月の自宅療養。
利用者の皆さん、職場の仲間、家族や友人
に迷惑をかけ、心配させてしまった。自分
自身の心身への過信を痛烈に感じる毎日。
まるで引きこもり状態。息苦しく辛かった。
「空白の三か月間。情けない話です…」
つい本音が出た。ひとりの利用者さんが
「そんな時間もそんな毎日も、必要なのよ。
よかったやん！」その言葉に胸のつかえが
取れ、曇天に晴れ間を感じた。仕事の有難
さも、利用者さんの優しさも再確認できた。
無駄にしない今日にしよう。(お)