

11月センター予定表

	日曜日	曜日	センター事業		大広間	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
第1	1	火	♥いきいき百歳体操 ①②	①10:00~11:00 ②11:00~12:00	▲	体操同好会2組	民謡同好会
	2	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 すみっこメルヘン同好会 住吉あやめ会 13:45~16:45
	3	木	(文化の日) 休 館 日				
	4	金	♥いきいき百歳体操 ①②	①10:00~11:00 ②11:00~12:00	▲	健康太極拳同好会	コーラス同好会
	5	土			○	卓球フレンド	※体操同好会1組13:00~14:30
	6	日	休 館 日				
	7	月			○	卓球愛好会	健幸会
第2	8	火	♥いきいき百歳体操 ①② ♥脳トレぬり絵 心身正体	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 13:30~15:00 13:30~15:00	▲		あゆみ旬会 住吉S.H.C
	9	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
	10	木	歩こう会 ♥レタカフェ	10:00~16:00	○	卓球同好会	若葉同好会 ハーモニカ同好会
	11	金	♥いきいき百歳体操 ①② たのしい健康体操A⑧	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ④10:00~11:00 ⑧11:15~12:15	▲		生花同好会1組 13:00~14:00 生花同好会2組 13:30~15:00 ※健幸会
	12	土			○		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 手芸クラブ
第3	15	火	♥いきいき百歳体操 ①②	①10:00~11:00 ②11:00~12:00	▲	体操同好会2組 和会	民謡同好会 折り紙同好会
	16	水	♥リズム体操 いきいきライフサポーター	12:30~13:30 13:30~15:00	○	住吉うたごえサークル 遊書会2組	アイリスパソコン同好会 住吉あやめ会 13:45~16:45
	17	木	川柳de遊ぼう会	13:00~15:00	○	卓球同好会	若葉同好会 ハーモニカS
	18	金	♥いきいき百歳体操 ①② スマートフォン体験講座	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 13:00~15:00	▲	健康太極拳同好会	英会話同好会2組 13:00~14:30 英会話同好会1組 14:45~16:15
	19	土	スリーアイズ	13:30~15:00	○	住吉カラオケ教室	
	20	日	休 館 日				
	21	月			○		健幸会 手芸クラブ
第4	22	火	百歳体操ステップアップ 絵本&紙芝居<秋>	10:00~11:30 14:00~15:00	○	※住吉S.H.C	
	23	水	(勤労感謝の日) 休 館 日				
	24	木	ヨーガdeリフレッシュ	13:30~15:00	○		ハーモニカ同好会
	25	金	♥いきいき百歳体操 ①② たのしい健康体操A⑧	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ④10:00~11:00 ⑧11:15~12:15	▲		コーラス同好会
	26	土			○	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
第5	29	火	ボウリング大会 第5のため百歳体操はありません	13:00~15:30	○		
	30	水	成年後見制度	13:30~15:00	○	※遊書会1組	※手編み同好会
事業/同好会			♥印は自由参加	※印は変更活動日	図書室自粛中 ―横線/自粛中の事業、同好会		
大広間			囲碁将棋	○印 /10:00~17:00 利用可	▲印 /12:00~17:00利用可		

※2階大広間での卓球再開は、しばらくお待ちください。

住吉区老人福祉センターだより

11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 06-6694-1416 Fax 06-6606-3412
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

①心身正体

開催日時 11月8日(火)
13:30~15:00
場 所 3階集会室
定 員 40名(多数抽選)
講 師 金京子氏
申込受付 10月15日(土)~24日(月)
発 表 11月1日(火)

②歩こう会『大仙公園と古墳散策』

👉 歩くだけでイイことたくさん!!
開催日時 11月10日(木)
10:00~16:00
場 所 堺市 大仙公園
定 員 20名(多数抽選)
参 加 費 30円(保険代)
※交通費、昼食代、日本庭園入園料は自己負担
申込受付 10月15日(土)~24日(月)

③『超かんたん スマートフォン体験講座』

開催日時 11月18日(金)
13:00~15:00
場 所 3階集会室
定 員 20名(多数抽選)
講 師 ソフトバンク(株)森田氏
申込受付 10月21日(金)~11月4日(金)
抽選発表 11月11日(金)
※一人一台デモ機 を使って体験します。

④スリーアイズ

開催日時 11月19日(土) 楽しいよ~~~
13:30~15:00
場 所 3階集会室
定 員 30名(多数抽選)
講 師 住吉区スポーツ推進員の方
申込受付 10月21日(金)~11月4日(金)
発 表 11月11日(金)

⑤絵本&紙芝居<秋>

開催日時 11月22日(火)
14:00~15:00
場 所 3階集会室
定 員 30名(多数抽選)
出 演 絵本の会 メルヘン
申込受付 10月21日(金)~11月8日(火)
発 表 11月15日(火)

⑥百歳体操ステップアップ &体力測定会

開催日時 11月22日(火)
10:00~11:30
場 所 3階集会室
定 員 50名(多数抽選)
講 師 長谷川司氏
申込受付 10月21日(金)~11月8日(火)
発 表 11月15日(火)

⑦ヨーガdeリフレッシュ

開催日時 11月24日(木)
13:30~15:00
場 所 3階集会室 定員30名
(未受講者優先・多数抽選)
講 師 幸田園子氏
申込受付 10月25日(火)~11月10日(木)
発 表 11月17日(木)
持 ち 物 ヨガマットまたはバスタオル等



川柳・画
大西晴雄氏

2面にも事業募集を掲載しています

11月&12月

～募集講座のご案内～

個別相談会あります！(多数抽選)
申込時に申請して下さい

⑧成年後見制度

～老後に安心して生活するために～

開催日時 11月30日(水)
13:30～15:00
場 所 3階集会室
定 員 30名(多数抽選)
講 師 司法書士 山崎 秀氏
共 催 住吉区西地域包括支援センター
申込受付 10月15日(土)～11月11日(金)
抽選発表 11月17日(木)

⑨よみがえる青春♪音楽ライブ

①②選んでお申し込みください

開催日時 12月3日(土)
①13:00～14:00
②14:30～15:30
場 所 3階集会室
定 員 ①②ともに40名(多数抽選)
出 演 木本 泉氏(泉屋)
申込受付 11月1日(火)～18日(金)
発 表 11月25日(金)

⑩唄や音楽で文化を知るコンサート会

※クリスマスコンサート※

和太鼓『伝えたい、日本の心』

開催日時 12月9日(金)
受付時間 13:00から
開演時間 13:30～15:00
開催場所 住吉区民センター 大ホール
定 員 300名(多数抽選)
出 演 大治太鼓尾張一座
申込受付 10月15日(土)～11月15日(火)
抽選発表 11月22日(火)

⑪令和4年度 短期講座「後期」 12月～3月〈全8回〉受講生募集！ 「楽しい健康体操」

(未受講者優先・多数抽選・定員各40名)

講 師 長谷川 司氏
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。
A組B組それぞれで抽選します。
申込受付 10月25日(火)～11月18日(金)
発 表 11月25日(金)

文化祭開催について

日時 令和4年10月26日(水) 午後1時～4時
10月27日(木) 午前10時～午後3時

場所 住吉区老人福祉センター3階 集会室、会議室北、会議室南

※今年度の文化祭はコロナ禍の中での開催となりますので
規模を縮小してセンター事業・一般作品の展示などの開催は見送り、
同好会の作品展示と舞台発表会を中心に実施しますのでご理解ください。

百歳体操ステップアップ & 体力測定会

9月13日(火)
講師 長谷川 司氏

クラフトテープ手芸

9月15日(木)
講師 水谷 ミチ子氏

ヨーガdeリフレッシュ

9月22日(木)
講師 幸田 園子氏

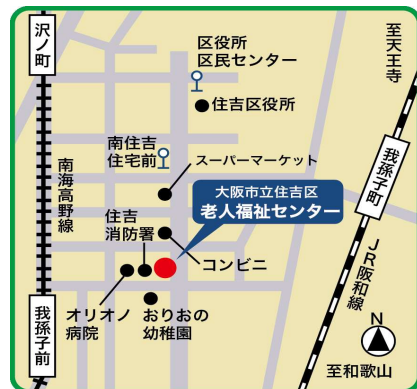
スリーアイズ

9月17日(土)
講師 住吉区スポーツ推進員の方

事業報告

お誕生会「7・8・9月生」

9月27日(火)
撮影 松本 邦雄氏



センター利用についてのお願い

◎体調不良の時は来館をお控えください。
◎入館時に体調確認票にご記入ください。
◎必ずマスクを着用してください
事業・同好会活動は、新型コロナの状況で
変更する場合がありますのでご了承ください。

QRコードを携帯で読み込んで頂くと
センターだよりがカラーで見れます。
ぜひ一度お試しください。

初めての方でも大丈夫！
先生の丁寧な指導と
難しくないポーズで
心身ともに整います。