

★印は予約抽選 【センター事業】 時間表記は開始時間です 【同好会】

第1週	1	火	×	百歳体操 ①10:00②11:00 ★ヨガ 13:30	体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00
	2	水	○		遊書会3組 10:00 アイリスpc 13:00 あやめ会 13:30 すみっこメルヘン 13:00
	3	木	○		卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00
	4	金	▲	百歳体操①10:00②11:00 リズム体操13:00	太極拳同好会 10:00 コーラス同好会 14:30
	5	土	○	★音楽ライブ 13:30	卓球フレンド 10:00
	6	日		休館日	
	7	月	○		卓球愛好会 10:00 健幸会 13:00
	8	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 脳トレぬり絵 13:30	健幸会 13:00 あゆみ句会 13:30 住吉SHC 13:30
第2週	9	水	○	★盆踊り大会(区民センター大ホール)13:30	卓球フレンド 10:00 あやめ会 13:30 アイリスpc 13:00
	10	木	○		卓球同好会 10:00 若葉同好会13:00 ハーモニカ同好会 13:30
	11	金		休館日(山の日)	
	12	土	○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00
	13	日		休館日	
	14	月	○		ディスコン1組10:00 ディスコン2組13:00
	15	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00	体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00 折紙同好会 13:00 和会 10:00
	16	水	○	★いきいきライフ認知症サポーター 13:30	遊書会2組 10:00 あやめ会 13:30 アイリスpc 13:00
第3週	17	木			卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00
	18	金	▲	百歳体操①10:00②11:00 リズム体操13:00 ★心身正体 14:30	太極拳同好会 10:00 英会話同好会 14:45
	19	土	○	★スリーアイズ 13:30	住吉カラオケ教室 10:00
	20	日		休館日	
	21	月	○		卓球愛好会 10:00 健幸会 13:00 手芸クラブ 13:00
	22	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00	住吉SHC 13:30
	23	水	○	★スマホ決済体験講座 14:30	卓球フレンド 10:00 遊書会1組 10:00 手編み同好会 13:00
第4週	24	木	○	★百歳体操ステップアップ 10:00 ★川柳de遊ぼう 13:30	ハーモニカ同好会 13:30
	25	金	×	百歳体操 ①10:00②11:00 ★楽しい健康体操 ①10:00②11:15 リズム体操 13:00 ★ヨガ 13:30	コーラス同好会14:30
	26	土	○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00
	27	日		休館日	
	28	月	○		ディスコン1組10:00 ディスコン2組13:00
第5週	29	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00	
	30	水	○		
	31	木	○	★クラフトテープ 13:30	

大広間での囲碁将棋 利用時間

○10時から ▲12時から利用できます

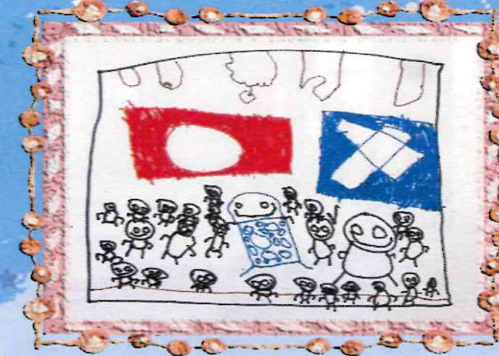
×は終日利用できません

大阪市立住吉区老人福祉センター (バス停 南住吉住宅前 徒歩3分)
〒558-0032住吉区遠里小野1-1-31 (南海高野線 我孫子前 徒歩5分)
☎06-6694-1416 (JR阪和線 我孫子町 徒歩13分)

住吉区老人福祉センターだより

8 月号

おりおの保育園
園児の作品



OXゲームたのしかったー! 27人の友達みんなかいた(〇)

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



募集講座のご案内

抽選結果は電話又は窓口貼り紙にて

ご確認ください

ヨガはお一人で①②
申込可能です

中面にもあります

☎06-6694-1416

講座名	開催日時	申込受付	抽選発表	定員	場所
心身正体 講師 金 京子氏	8月18日(金) 14:30~16:00	7月20日(木) ~8月3日(木)	8月10日 (木)	50名	3階 集会室
スリーアイズ 講師 スポーツ推進委員	8月19日(土) 13:30~15:00	7月21日(金) ~8月4日(金)	8月12日 (土)	30名	3階 集会室
スマホ決済体験講座 講師 ソフトバンク(株)	8月23日(水) 14:30~16:30	7月25日(火) ~8月9日(水)	8月16日 (水)	20名	3階 集会室
百歳体操ステップアップ & 体力測定会 講師 上田 綾子氏	8月24日(木) 10:00~11:30	7月26日(水) ~8月10日(木)	8月17日 (木)	50名	3階 集会室
ヨガde リフレッシュ① 講師 幸田 園子氏	8月25日(金) 13:30~15:00	7月27日(木) ~8月8日(火)	8月18日 (金)	25名	2階 大広間

事業報告

スリーアイス
6月17日(土)



交代でみんなで審判もします。



百歳体操ステップアップ
6月22日(木)



今年度から上田綾子先生になりました♡



心身正体
6月22日(木)

長めのタオルを使って身体の
バランスを整えていきます。



ヨーガdeリフレッシュ
6月23日(金)



先生との距離も近くなって
とても好評です。

募集講座のご案内

市内在住の60歳以上の方がご利用できます

講座名	開催日時	申込受付	抽選発表	定員	場所
おかんアート(手芸) 講師 水谷 ミチ子氏 持参する物 手芸ポンド	8月31日(木) 13:30~16:30 ハサミ 洗濯バサミ	8月1日(火) ~17日(木)	8月24日 (木)	20名	3階 会議室
ヨーガde リフレッシュ② 講師 幸田 園子氏	9月5日(火) 13:30~15:00	8月9日(水) ~22日(火)	8月29日 (火)	25名	2階 大広間
たのしい健康体操 令和5年9月~11月【全5回】 講師 長谷川 司氏	第2, 4金曜日 A)10:00~11:00 B)11:15~12:15	8月1日(火) ~18日(金)	8月24日 (木)	A)B) 各50名	3階 集会室

暑い夏がやってきました。鍵はかけず暫くの間お部屋を開けっ放しにして風通りをよくしておきます。

30分前からの入室は今までどおり厳守でお願いします。

クーラーは各自でつけてください

葉月(8月) はづき

旧暦の意味・由来

葉が黄色く色づく頃、
落ち葉が始まるから

現代の猛暑とは違い、昔の人々は葉月に秋の
気配を感じていたのかも…ね。



おひの保育園
園児の作品

OX
ゲームが
おもしろ
かった

~住吉区老人クラブ連合会 よい~

紫陽花が似合う候。6月27-28日(火-水)バス1台(37名)は富山県に氷見温泉方面へ。
【一条朝倉氏遺跡博物館(見学)】【ひみ一番街(買物)】【道の駅雨晴(見学)】【高岡大仏(見学・参拝)】【国宝瑞龍寺(見学・参拝)】……梅雨真っ只中、雨を避けるような旅行となりました。



大正琴演奏会
6月29日(木)



利用者さんの感想です

とっても良かったー！
エレキギターみたいな音するんやねー

