
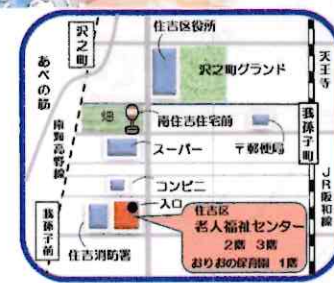


センター事業		★は申込必要 それ以外は当日参加可能		同好会		当日見学できます その後入会手続き	
囲碁将棋・自由卓球の利用状況 ○10時 ▲12時から可能 ×は利用できません							
1	土	○				卓球フレンド	10:00
2	日		休館日				
3	月	○				卓球愛好会	10:00 健幸会 13:00
4	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00			体操同好会2組	10:00 民謡同好会 13:00
5	水	○	リズム体操 12:30 			うたごえサークル	10:30
6	木	○				アイリスpc	13:00 あやめ会 13:45
7	金	×	★体力測定会&百歳体操 10:30 ★ヨーガ 13:30			すみっこメルヘン	13:00
8	土	○				卓球同好会	10:00 若葉同好会 13:00
9	日		休館日			太極拳	10:00 みんなのコーラス 14:00
10	月	○				体操同好会1組	10:00 カナリア 13:00
11	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 脳トレぬり絵 13:30			住吉SHC	13:30
12	水	○	リズム体操 12:30			ディスコン1組	10:00 ディスコン2組 13:00
13	木	○				健幸会	13:00 あゆみ句会 13:30
14	金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 ★お誕生日&パフォーマンス 10:00			卓球フレンド	10:00 あやめ会 13:45
15	土	○	★スリーアイズ 13:30			卓球同好会	10:00 若葉同好会 13:00
16	日		休館日			ハーモニカ同好会	13:30
17	月	○				生花同好会	13:00
18	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00			住吉カラオケ教室	10:00
19	水	○	リズム体操 12:30 ボランティアやろうよ! 13:30			卓球愛好会	10:00 健幸会 13:00
20	木	○	★川柳de遊ぼう 13:30			手芸クラブ	13:00
21	金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 ★心身正体 13:30			体操同好会2組	10:00 民謡同好会 13:00
22	土	○				折紙同好会	13:00 和会 10:00
23	日		休館日			うたごえサークル	10:30 遊書会2組 10:00
24	月	○				アイリスpc	13:00 あやめ会13:45
25	火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00			卓球同好会	10:00 若葉同好会 13:00
26	水	○	リズム体操 12:30			住吉SHC	13:30
27	木	○	★クラフトテープ教室 13:00			太極拳	10:00 英会話同好会 14:45
28	金	×	百歳体操 ①10:00②11:00 ★ヨーガ 13:30 ★楽しい健康体操 ①10:00②11:15			体操同好会1組	10:00 カナリア 13:00
29	土	○				ディスコン1組	10:00 ディスコン2組 13:00
30	日		休館日			卓球フレンド	10:00 遊書会1組 10:00

# 住吉区老人福祉センターだより6月号

〒558-0032住吉区遠里小野1-1-31  
電話 06-6694-1416  
FAX 06-6606-3412



とても力強くて元気いっぱい!  
に かけたね!

バス停 南住吉住宅前 徒歩3分  
南海高野線 我孫子前 徒歩5分  
JR阪和線 我孫子町 徒歩13分

市内在住の60歳以上の方が  
ご利用できます



受付時間 午前10時～  
午後5時迄

抽選結果は電話又は事務所横の  
貼り紙にてご確認ください

開催日時	申込受付	抽選発表	定員
4.5.6月生 お誕生日会& パフォーマンス 絵本 パフォーマンス 歌	6月14日(金) 10:00~11:30	5月16日(木) ~5月31日(金)	6月7日(金) 80名
スリーアイズ 講師 スポーツ推進委員	6月15日(土) 13:30~15:00	5月16日(木) ~6月31日(金)	6月7日(金) 30名
心身正体 講師 金京子氏	6月21日(金) 13:30~15:00	5月21日(火) ~6月7日(金)	6月14日(金) 50名
実費 500円 クラフトテープ教室 講師 水谷ミチ子氏	6月27日(木) 13:00~16:00	5月24日(金) ~6月11日(火)	6月18日(火) 15名
前期 6.7.8月【全5回】 楽しい健康体操 ①② 講師 長谷川司氏	6月28日(金) 初回 ①10:00~ ②11:15~	5月29日(水) ~6月13日(木)	6月20日(木) ①②各 50名
0628 ヨーガdeリフレッシュ 講師 幸田園子氏	6月28日(金) 13:30~15:00	5月24日(金) ~6月11日(火)	6月19日(水) 25名
同時申込可 0705 ヨーガdeリフレッシュ 講師 幸田園子氏	7月5日(金) 13:30~15:00	6月5日(水) ~6月21日(金)	6月28日(金) 25名

# 事業報告

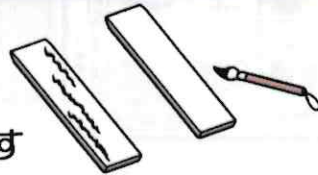
## 川柳de遊ぼう

4 月開催時の宿題

- ・歳をとったと思う時
- ・家族



今年度も始まりました!  
平井 美智子先生  
一年間よろしくお願いします



すごい!



縦、横並んでパーフェクト!!  
今回は2回も出ました  
と〜ても珍しい事です



スリーアイズ  
4月20日(土)

「センターに来てくださっているみなさんは  
測定年齢が若い」と言ってくださいました

- ・野菜摂取レベル
- ・血管年齢測定



【防災脳】講座  
4月25日(木)



6月と言えばジメジメした季節を思い浮かべます  
着てる服も体もベトベトジメジメ  
いやになりますね!



こんな時はお風呂にでも入ってゆっくり汗を流してさっぱりと!  
しかしお風呂に入ると、黒や赤のカビが(T\_T)~~~~

そうならないように・・・

- ・浴室内の壁や床に、50℃以上の熱いシャワーを5秒以上
- ・換気を、一晩中つけっぱなしがいいようです

皆さんのお家に除菌用アルコールスプレーは余っていませんか?  
天井や壁にこすりつけるのもいい方法ですよ



## 第10回 社協フェスティバル

7月7日(日)開催時

ケアルームでのボランティアを募集します  
ご希望の方は事務所までご連絡ください

先着順です♡

### 社協だよ! 全員集合〜♪

センターを利用する  
には利用証を!...

利用証の更新をしています

連絡先が変わられた方は  
事務所までご連絡ください

## 〜住吉区老人クラブ連合会 より〜

4月26日(金)曇り空の下、選手の皆さんは日頃の練習成果を存分に発揮しながら各コースを回る。  
4試合一打でも少ない方が上位に入る。個人競技なので、自身の調子良い悪いが出る白熱した試合。  
試合結果だけにこだわらず、選手の皆さん、お手伝いの方々、お疲れ様でした。



おりおの保育園  
3歳児の作品



カメの可愛さがとてもよく伝わってきます  
これからもいっぱい楽しい絵をかいてね



梅雨がやってきました

急な雨の時に、事務  
所で傘を貸出してい  
ます

