

自由卓球・囲碁将棋の利用時間

○ 10時から ▲ 12時から

事業

8月予定表

同好会

| | | | | |
|-----|------|---|---|---|
| 第1週 | 1 金 | × | 百歳体操 ①10:00②11:00 ★体操と息deリフレッシュ 13:30 | 太極拳 10:00 みんなで歌おう会 14:00 |
| | 2 土 | ○ | | 卓球フレンド 10:00 ディスコン1組 13:00 |
| | 3 日 | | 休館日 | |
| | 4 月 | ○ | | くつろぎ同好会 10:00 楽笑クラブ 10:00 健幸会 13:00 体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00 |
| 第2週 | 5 火 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 リズム体操 12:30 | うたごえサークル 10:30 あやめ会 13:45 すみっこメルヘン 13:00 |
| | 6 水 | ○ | | 卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00 住吉SHC 13:30 |
| | 7 木 | ○ | | |
| | 8 金 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 ★お誕生日会 13:30 ★楽しい健康体操 ①A10:00②B11:15 | |
| 第3週 | 9 土 | ○ | | 体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00 |
| | 10 日 | | 休館日 | |
| | 11 月 | | 休館日(山の日) | |
| | 12 火 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 脳トレぬり絵 13:30 | 健幸会 13:00 |
| 第4週 | 13 水 | ○ | リズム体操 12:30 | 卓球フレンド 10:00 あやめ会 13:45 |
| | 14 木 | ○ | 初心者ハーモニカ講習 10:00 | 卓球同好会 10:00 ハーモニカ同好会 13:30 |
| | 15 金 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 | 太極拳 10:00 |
| | 16 土 | ○ | スリーアイズ 13:30 | 住吉カラオケ教室 10:00 |
| 第5週 | 17 日 | | 休館日 | |
| | 18 月 | ○ | | 楽笑クラブ 10:00 健幸会 13:00 手芸クラブ 13:00 |
| | 19 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 |
| | 20 水 | ○ | リズム体操 12:30 ボランティアやろうよ! 13:30 | うたごえサークル 10:30 遊書会2組 10:00 あやめ会 13:45 |
| 第6週 | 21 木 | ○ | ★川柳de遊ぼう 13:30 ★スマホ講座 13:30 | 卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00 住吉SHC 13:30 |
| | 22 金 | × | 百歳体操①10:00②11:00 ★体操と息deリフレッシュ 13:30 | みんなで歌おう会 14:00 英会話同好会 14:45 |
| | 23 土 | ○ | | 体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00 |
| | 24 日 | | 休館日 | |
| 第7週 | 25 月 | ○ | | くつろぎ同好会 10:00 ディスコン1組 10:00 ディスコン2組 13:00 |
| | 26 火 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 | |
| | 27 水 | ○ | リズム体操 12:30 | 卓球フレンド 10:00 遊書会1組 10:00 手編み同好会 13:00 |
| | 28 木 | ○ | ★楽しい健康体操 ①A10:00②B11:15 | ディスコン2組 13:00 ハーモニカ同好会 13:30 |
| 第8週 | 29 金 | ▲ | 百歳体操 ①10:00②11:00 ★心身正体 13:30 ★ゆったり体操deステップ体力測定 10:30 | |
| | 30 土 | ○ | | |
| | 31 日 | | 休館日 | |

住吉区老人福祉

2025

センターだより 8月号



789月生まれ

開催日時 8月8日(金)
13:30~15:00

お誕生日会&パフォーマンス
定員30名

出演 三稜中学 吹奏楽部 他、お楽しみに
受付 7月15日(火)~7月25日(金)
発表 8月1日(金)
場所 3階集会室



おりおの保育園
4歳児の作品

バス

遠足 ビックバン
へいきました

〒558-0032

住吉区遠里小野1-1-31

☎ 06-6694-1416

FAX 06-6606-3412

開催日時 8月16日(土)
13:30~15:00

スリーアイズ 定員30名

講師 住吉スポーツ推進委員

受付 7月18日(金)~8月1日(金)
発表 8月8日(金)

場所 3階集会室

抽選結果は電話
又はセンター内
張り紙にて
ご確認ください

募集受付
10時~17時

今月の募集講座
中面にもあります

0822

開催日時 8月22日(金)
13:30~15:00

体操と息deリフレッシュ
定員25名

講師 幸田 園子氏

受付 7月23日(水)~8月8日(金)
発表 8月15日(金)

場所 2階大広間

開催日時 8月21日(木)
13:30~15:00

スマホ講座 定員20名

講師 ソフトバンク(株)

受付 7月24日(木)~8月7日(木)
発表 8月14日(木)

場所 3階会議室北

全4回

開催日時 初回 8月28日(木)
①10:00~11:00 ②11:15~12:15

楽しい健康体操
【第3期】 定員各 55名

講師 長谷川 司氏

受付 7月29日(火)~8月14日(木)
発表 8月21日(木)

場所 3階集会室

6月11日(水) 奏筆夢元教室
講師 栄永 健治氏



絵心なくても不思議と先生の指導で上手に描けました

6月24日(火) 介護予防(体操講座)
講師 理学療法士・作業療法士



フレイル体操 皆さんの関心の高さに驚きました

6月25日(水) 歌ごえコンサート
出演 あふたあびいと



一緒に大きな声で歌ってとてもたのしかったと言いながら皆さん帰られました

6月13日(金) 講師 上田 綾子氏
ゆったり体操deステップup体力測定



お手玉を上げながら歩く → フレイル予防

6月26日(木) お誕生日会
園児の歌・民謡・フラダンス



大雨の中参加してくださってありがとうございます



大阪万博 ~EXPO2025 真夏の陣~
最多数での盆踊り 7月26日(土)

西野先生始め あやめ会同好会有志の方々が
参加されます。 EXPOアリーナ(西口方面)
50か国 4000人を目指しギネスにも挑戦
暑い中皆さん頼もしいですね。 応援してます。

読売新聞に掲載されました

三谷修治さん提供



R.7.6.23

住吉警察署より表彰されました

【防犯功労者】感謝状と楯です

小学生の朝の見送りを20年間続けられました
山本昭雄さんです

センターだよりを一緒に作りませんか(毎月25日までお持ちください)
身の回りのニュースや作品などお待ちしています(沢山の応募の場合載せられないこともあります)ご了承ください

開催日時 8月29日(金)
10:30~12:00

ゆったり体操deステップup
体力測定 定員30名

講師 上田 綾子氏

受付 7月31日(木)~8月15日(金)
発表 8月22日(金)

場所 3階集会室

開催日時 8月29日(金)
13:30~15:00

心身正体 定員55名

講師 金 京子氏

受付 7月31日(木)~8月15日(金)
発表 8月22日(金)

場所 3階集会室

0905

開催日時 9月5日(金)
13:30~15:00

体操と息deリフレッシュ
定員25名

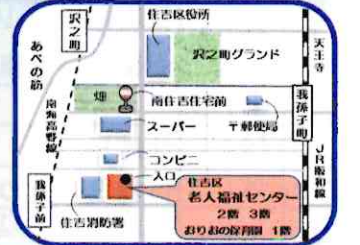
講師 幸田 園子氏

受付 8月5日(火)~8月22日(金)
発表 8月29日(金)

場所 2階大広間



ホームページ Facebook



老人福祉センターは市内在住の60歳以上の方がご利用
いただけます
初めての方は利用証をお作りしますので住所、生年月日
を確認できるものを持参ください

☆利用時間 午前10時~午後5時
☆休館日 日曜日・祝日
年末年始(12月29日~1月3日)

ご案内

6月27日28日、2日間
33度を超す猛暑の中
剪定をしてくださいました
本当に助かります
ありがとうございました



上原 光二さん

おりおの保育園
4歳児の作品

トランポリンが楽しかった

~住吉区老人クラブ連合会より~

6月20日(金) 区民センター(大ホール)にて『ポッチャ大会』を開催。 選手の皆さま、お疲れ様でした。

