



事業予定表

囲碁将棋・自由卓球利用状況
▲12時～×不可

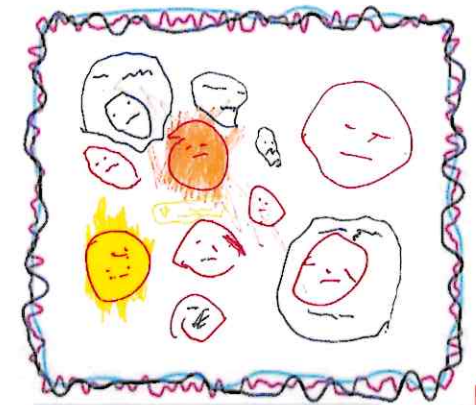
同好会予定表

第1週	1 水	リズム体操 12:30	○	うたごえサークル 10:30	あやめ会 13:45
	2 木		○	すみっこメルヘン 13:00	卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00
	3 金	百歳体操 ①10:00②11:00 ★体操と息deリフレッシュ 13:30	×	住吉SHC 13:30	太極拳 10:00 みんなで歌おう会 14:00
	4 土		○	卓球フレンド 10:00	ディスコン1組 13:00
	5 日	休館日			
第2週	6 月		○	くつろぎ同好会 10:00	楽笑クラブ 10:00 健幸会 13:00
	7 火	百歳体操 ①10:00②11:00	▲	体操同好会 2組 10:00	民謡同好会 13:00
	8 水	リズム体操 12:30	○	卓球フレンド 10:00	あやめ会 13:45
	9 木	★初心者ハーモニカ講習 10:00	○	卓球同好会 10:00	若葉同好会 13:00
	10 金	百歳体操 ①10:00②11:00 ★楽しい健康体操 ①10:00②11:15	▲	ハーモニカ同好会 13:30	生花同好会 13:00
第3週	11 土		○	体操同好会1組 10:00	カナリア 13:00
	12 日	休館日			
	13 月	休館日 (スポーツの日)			
	14 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 13:00
	15 水	リズム体操 12:30 レクカフェ 13:30	○	うたごえサークル 10:30	遊書会2組 10:00
第4週	16 木	★川柳de遊ぼう 13:30 ★スマホ講座 13:30	○	あやめ会 13:45	卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00
	17 金	百歳体操 ①10:00②11:00 ★心身正体 13:30	▲	住吉SHC 13:30	太極拳 10:00 英会話同好会 14:45
	18 土	★スリーアイズ 13:30	○	住吉カラオケ教室 10:00	
	19 日	休館日			
	20 月		○	くつろぎ同好会 10:00	手芸クラブ 13:00
第5週	21 火	百歳体操 ①10:00②11:00	▲	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
	22 水	リズム体操 12:30	○	折紙同好会 13:00 和会 10:00	卓球フレンド 10:00 遊書会1組 10:00
	23 木	★ボーリング大会 10:00 (マグ住之江)	○	卓球フレンド 10:00	手編み同好会 13:00
	24 金	百歳体操 ①10:00②11:00 ★体操と息deリフレッシュ 13:30 ★ゆったり体操deステップup体力測定 10:30	×	ハーモニカ同好会 13:30	みんなで歌おう会 14:00
	25 土		○	みんなで歌おう会 14:00	
26 日	休館日				
27 月		○	体操同好会1組 10:00	ディスコン1組 10:00 ディスコン2組 13:00	
28 火	百歳体操 ①10:00②11:00 ★よみがえる青春 音楽LIVE 13:30	▲			
29 水	リズム体操 (中止)	×	文化祭準備 10:00～		
30 木		×	文化祭 10:00～15:00		
31 金		×	文化祭 10:00～15:00		

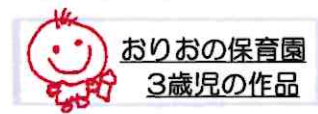
★は申込必要
それ以外は当日参加可能

利用時間10時から17時迄 休館日 日曜・祝日・年末年始

当日見学できます
その後入会手続き



いっぱい顔
上手にかけたねー

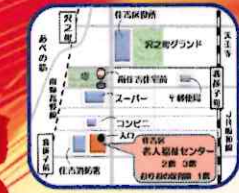


おりおの保育園
3歳児の作品

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

住吉区老人福祉
センターだより

10月号



ホームページ Facebook

10月16日(木) 13:30～15:00

スマホ講座 YouTubeとGoogleレンズ編
定員 20名

講師 ソフトバンク(株)

受付 9月18日(木)～10月2日(木)

発表 10月9日(木)

場所 3階会議室 北



募集講座

中面にもあります

10月17日(金) 13:30～15:00

心身正体 定員 55名

講師 金京子氏

受付 9月18日(木)～10月2日(木)

発表 10月9日(木)

場所 3階集会室



抽選結果は電話又は事務所横の
張り紙にてご確認ください

募集受付時間
午前10時～午後5時

10月18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 9月18日(木)～10月2日(木)

発表 10月9日(木)

場所 3階集会室



10月23日(木) 10:00～12:30

ボーリング大会 定員 36名

受付 9月17日(水)～10月7日(火)

発表 10月16日(木) 貸靴代 380円

場所 マグ住之江 ボウリング場
(現地集合・解散)



自己負担 2ゲーム×800円

10月24日(金) 13:30～15:00

体操と息deリフレッシュ 定員 25名
旧名「ヨーfideリフレッシュ」

講師 幸田 園子氏

受付 9月24日(水)～10月9日(木)

発表 10月16日(木)

場所 2階 大広間



8月8日(火)
お誕生日会&パフォーマンス

三稜中学の吹奏楽部がお祝いに来てくれました

グループいっせきさんの落語です

誰でもできる簡単なスポーツです

8月16日(土)
スリーアイス

活気あふれる人気講座

8月28日(木)
たのしい健康体操

長谷川司先生

8月29日(金)
ゆったり体操でdeステップup
体力測定

ゲーム感覚で体を鍛えます

上田綾子先生

8月21日(木)
スマホ講座

どんな機種の人でも大丈夫です

阪神タイガース
2025年 優勝!!
史上最速優勝

藤川球児監督 選手 ファンの皆様
おめでとう!!

文化祭開催
します

10月30日(木) 10:00~15:00
10月31日(金) 10:00~15:00

場所 住吉区老人福祉センター

文化祭は同好会のメンバーで構成
今年は 松口満さんが実行委員長になりました
宜しくお願ひします

文化祭準備のため
10月29日(水) リズム体操は中止します

区役所 **センターだより 配下場所**

1階 保健福祉課
2階 保健福祉課高齢者支援
4階 地域見守り相談室

住吉区民センター
住吉区図書館

こちらの場所にも置いてあります
図書館2階交流スペース

10月24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 9月24日(水)~10月9日(木)
発表 10月16日(木)

場所 3階 集会室

10月28日(火) 13:30~14:30

よみがえる青春
音楽LIVE 定員 80名

出演 泉屋

受付 9月26日(金)~10月14日(火)
発表 10月21日(火)

場所 3階 集会室

11月7日(金) 13:30~15:00

体操と息de 旧名「ヨーガdeリフレッシュ」
1107

リフレッシュ 定員 25名

講師 幸田 園子氏

受付 10月10日(金)~10月24日(金)
発表 10月31日(金)

場所 2階大広間

11月12日(水) 13:30~15:00

これって オーラルフレイルに関する相談ではありません
オーラルフレイル? 個別相談あり

心身の衰えは口から 定員 20名

講師 歯科医師 松浦 佑紀氏

受付 10月3日(金)~10月29日(水)
発表 11月5日(水)

場所 3階 会議室北・南

シニアミュージカル発起塾
バラエティショー

令和7年11月4日(火)
錦秀会 住吉区民センター 大ホール

受付・開場 13時~
開演 13時30分~15時

申込不要
入場無料

くるまの中にきいろいものおせてるねん

おりおの保育園
3歳児の作品

~住吉区老人クラブ連合会 より~

住吉区老連に所属の地域『単位クラブ』を紹介します。

◆ ◆ ◆ 単位クラブ ◆ ◆ ◆	
墨江校下 墨江中一南寿会 社南悠々クラブ	依羅校下 和楽会
住吉校下 住吉誠友老人クラブ 住吉神ノ木老人クラブ	南住吉校下 和朗会 南住吉四丁目寿会 六寿会
	山之内校下 たちばな会 おりおの延寿会 山五長栄会
	苅田校下 苅田新生クラブ
	苅田南校下 庭井庭寿会

※なお、清水丘・遠里小野・東粉浜・長居の校下には老人クラブがありません。