

# 大阪市立住吉区老人福祉センター

ふだんの  
くらしを  
しあわせに

人生は  
後半戦  
センターだより

〒558-0032 住吉区遠里小野1-1-31

電話 06-6694-1416 Fax 06-6606-3412



センターだよりは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(検索)

<http://www.sumiyoshi-wel.net>

◎利用時間/日曜・祝日・年末年始を除く10:00~17:00

センターは…

市内在住の60歳以上の方が利用できる福祉施設です。各種講座、教室の開催、同好会活動などを行っています。サロンでは、囲碁将棋、卓球、テレビや新聞・図書室、マッサージ機、給茶機など自由に利用できます。ぶらっと遊びにきてください！新しい出会いが待っています。(利用料は無料です)



## 今年度新企画！

各種企業・団体とコラボして  
各専門分野の講演会など予定

## こもれびお楽しみ会

4/23 5/21 7/23 8/27

10/22 11/26 1/21 2/25

こもれびのような暖かい時間を！

世代間交流の機会にも！

何が出るかな？おたのしみに!!

## お誕生会&演芸会

6/25 9/24 12/24 3/25

季節を区切りに年間4回。

お誕生日は一年に一度の特別な日です。

みんなでお祝いしましょう！

出演者も募集中です！

## レクカフェ 開店中！

～センターでお茶しませんか？ 交流の場です。

各種相談事や健康チェックや

いろんな楽しいイベントも計画中～

このコーナーだけは年齢制限ありません。

毎月第2木・4土曜日12:00～15:30

◎コーヒー100円お菓子付き

ゲームコーナー併設

※ボランティアスタッフ募集中！

## 講座・教室

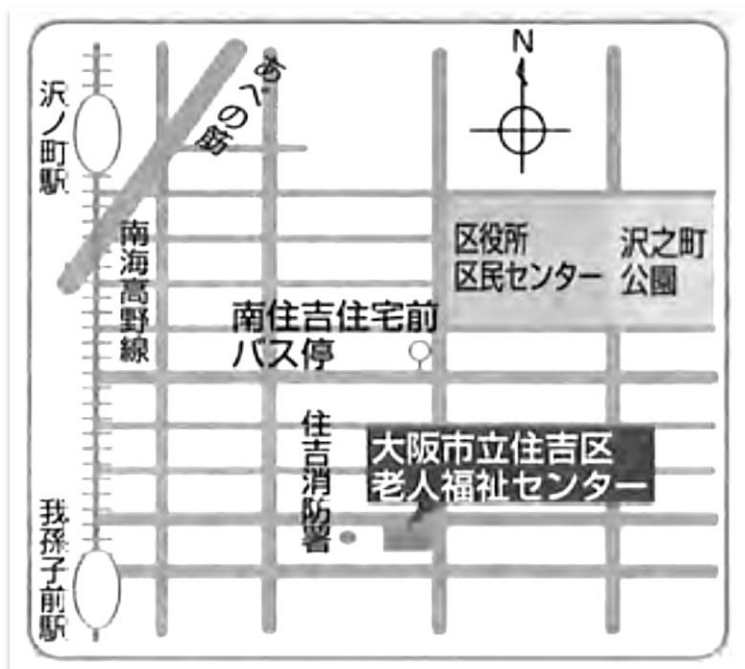
- ・健康講座・絵本教室
- ・おかん&おとんアート
- ・おとなのぬりえ
- ・スマートフォン
- ・卓球開放DAY

- ・たのしい健康体操

前期 4～7月

中期 8～11月

後期 12～3月



## 当日自由参加事業

- ・リズム体操 (1～4週毎水曜12:30～13:30)
- ・みんなでダンス (1-3金曜12:00～13:00)
- ・レクカフェ (2木-4土曜12:00～15:30)

## いきいき百歳体操(1～4週火・金曜日)

～継続は力なり！筋力アップで健康寿命アップ～

①10:00～11:00 ②11:00～12:00

③15:15～16:15 当日自由参加(先着順)

## 特別事業

- ・歩こう会
- ・囲碁将棋大会
- ・ボウリング大会
- ・文化祭
- ・盆踊り大会
- ・敬老お祝お楽しみ会
- ・クリスマス会
- ・初春お祝会
- ・音楽ライブ
- ・こもれびお楽しみ会
- ・お誕生会&演芸会
- ・社会見学会 など

## 同好会活動

- ・パソコン
- ・詩吟
- ・手芸(押絵)
- ・俳句
- ・折紙
- ・ハーモニカ
- ・書道
- ・英会話
- ・カラオケ
- ・民謡
- ・コーラス
- ・生花

現在34サークルが活動中

- ・太極拳
- ・健康体操
- ・卓球
- ・ディスコン
- ・フォークダンス
- ・民踊
- ・チアダンス

※同好会活動や各種行事に参加する場合は、参加費や会費が必要な場合有



詳しくは、毎月15日発行の「センターだより」をご覧ください。