

センター事業		当日参加できます ★は予約抽選	同好会	当日見学できます その後入会手続き
第1週	1 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	
	2 土 ○		卓球フレンド 10:00	
	3 日	休館日		
	4 月 ○		卓球愛好会 10:00 健幸会 13:00	
	5 火 ×	百歳体操 ①10:00②11:00 ★ヨーガ 13:30	体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00	
	6 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	
	7 木 ○		卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00	
	8 金 ▲	百歳体操①10:00②11:00 リズム体操13:00 ★楽しい健康体操 ④10:00⑤11:15	生花同好会 13:00	
	9 土 ○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00	
	10 日	休館日		
第2週	11 月 ○		ディスコン1組10:00 ディスコン2組13:00 手芸クラブ 13:00	
	12 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	
	13 水 ○		卓球フレンド 10:00 あやめ会 13:30 アイリスpc 13:00	
	14 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	
	15 金 ▲	百歳体操①10:00②11:00 リズム体操13:00	太極拳同好会10:00 英会話同好会14:45	
	16 土 ○		住吉カラオケ&カナリア発表会 10:00	
	17 日	休館日		
第3週	18 月	休館日(敬老の日)		
	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 和会 10:00	
	20 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	
	21 木 ○	★川柳de遊ぼう 13:30	卓球同好会 10:00 若葉同好会13:00	
	22 金 ×	百歳体操①10:00②11:00 リズム体操13:00 ★楽しい健康体操 ④10:00⑤11:15 ★ヨーガ 13:30	コーラス同好会14:30	
	23 土	休館日(秋分の日)		
	24 日	休館日		
第4週	25 月 ○		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 ★お誕生日会13:30	住吉SHC 13:30	
	27 水 ○		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 ○	★百歳体操ステップアップ 10:00	ハーモニカ同好会 13:30	
第5週	29 金 ▲	百歳体操①10:00②11:00 ★心身正体14:30		
	30 土 ○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00	

# 住吉区老人福祉センターだより

9  
月号

貼り絵の  
おばけだー



おりおの保育園  
園児の作品



住吉区社会福祉協議会

ホームページでもご覧になれます

市内在住の60歳以上の方がご利用いただけます

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)  
(JR阪和線 我孫子町 徒歩13分)

募集講座のご案内

☎06-6694-1416

抽選結果は電話又は窓口貼り紙にてご確認ください

講座名	開催日時	申込受付	抽選発表	定員	場所
ヨーガde リフレッシュ① 講師 幸田 園子氏	9月22日(金) 13:30~15:00	8月23日(水) ~9月7日(木)	9月14日 (木)	25名	2階 大広間
お誕生日会 写真家 松本 邦雄氏	9月26日(火) 13:30~15:00	8月29日(火) ~9月12日(火)	9月19日 (火)	なし 全員	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	9月28日(木) 10:00~11:30	8月31日(木) ~9月14日(木)	9月21日 (木)	50名	3階 集会室
心身正体 講師 金 京子氏	9月29日(金) 14:30~16:00	9月1日(金) ~9月15日(金)	9月22日 (金)	50名	3階 集会室
ヨーガde リフレッシュ② 講師 幸田 園子氏	10月3日(火) 13:30~15:00	9月5日(火) ~20日(水)	9月27日 (水)	25名	2階 大広間

自由卓球、囲碁将棋 利用時間

○10時から ▲12時から ×利用不可

利用時間 午前10時~午後5時  
休館日 日曜・祝日・年末年始

消費者トラブル講座



参加型のロールプレイングで  
解りやすく簡単に説明してもらえました

一日民謡教室



盆踊り大会に向けての練習で  
沢山の利用者さんが集いました

絵本・紙芝居



ほっこりできました

事業報告

台風も心配でしたが今年は無事に開催出来ました

開催の予定でしたが会場の空調設備が故障で中止になってしまいました 残念☹️  
大変ご迷惑おかけしました

盆踊り大会

よみがえる青春音楽ライブ



今回から1回公演に戻りました  
「誰もが知ってる昭和歌謡♪」

ポッチャ体験教室



どなたでも出来る簡単で楽しいスポーツです

お知らせ

自由卓球が始まりました  
2階大広間でどなたでも卓球ができます  
10時~17時

本・CDの貸出をしています  
(期限は1ヵ月です)

11時~15時の間大広間でお昼ごはんを食べる場所としてご利用いただけます  
(図書室から変更)

マスク着用は“個人の自由”でお願いします

まだまだ注意

熱中症

絶対に無理なさらずに

まだまだ暑い日が続きます。くれぐれも熱中症に気を付けましょう  
少しでも気分が悪くなったら直ぐに周りの人に伝えてください。

横になって休んで頂ける場所があります

手のひら冷却!

簡単にできるのがこれ  
その後、体を冷やす

冷たいお水・氷もご用意しております

センターに金魚とメダカが沢山います。ご希望であれば水草も差しあげます  
連れて帰って可愛がっていただけの方を募集します。

長月 (9月) ながつき

旧暦の意味・由来

夏の暑さも落ち着き、少しずつ夜が長くなっていく「秋の夜長」とよく言いますよね。  
長くなっていく夜に季節を感じるのは昔の人も同じだったんですね

バスもまともタイヤもみんなてっかかったー

おいおいの保育園園児の作品

~住吉区老人クラブ連合会 よい~

季節の言葉・・・『 蝉時雨、向日葵、入道雲、大暑 』・・・とにかく蒸し暑い日が続く頃。  
7月21日(金) 校下女性部長【会議&物づくり】を開催した。  
また、7月25日(火) ポッチャ競技講習会【コート作り&道具名称&ルール&競技方法】を学んだ。

