

センター事業

当日参加できます ★は申込必要

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 ×は不可

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	○★音楽LIVE 14:00	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 ★ヨガ 13:30	体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00
第2週	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 A①10:00B①11:15 ★心身正体14:30	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3週	11 月	○	ディスコン1組10:00 ディスコン2組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
第4週	16 土	○★スリーアイズ 13:30	住吉カラオケ教室 10:00
	17 日	休館日	
	18 月	○	卓球愛好会 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 和会 10:00
	20 水	○ボランティア養成講座 13:30 あふたあびいとクリスマスコンサート14:00	遊書会2組 10:00 あやめ会 13:30 アイリスpc 13:00
第5週	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 A①10:00B①11:15 ★ヨガ 13:30	コーラス同好会 14:30
	23 土	○	体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00
	24 日	休館日	
	25 月	○ Merry Christmas	ディスコン1組 10:00 ディスコン2組 13:00
第5週	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	大掃除 14:00
	29 金	休館日(年末年始)	
	30 土	休館日(年末年始)	
	31 日	休館日(年末年始)	

当館 利用時間 午前10時～午後5時
休館日 日曜・祝日・年末年始

住吉区老人福祉センターだより

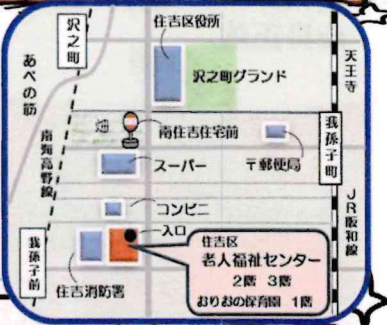
12
月号

おともだちとえんそく
ドリーム21行ったー



おりおの保育園
園児の作品

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)



☎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

募集	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1205 講師 幸田 園子氏	12月5日(火) 13:30～15:00	11月16日(木) ～11月24日(金)	11月30日 (木)	25名	2階 大広間	
心身正体 講師 金 京子氏	12月8日(金) 14:30～16:00	11月16日(木) ～11月24日(金)	12月1日 (金)	50名	3階 集会室	
スリーアイズ 講師 スポーツ推進委員	12月16日(土) 13:30～15:00	11月21日(火) ～12月5日(火)	12月12日 (火)	30名	3階 集会室	
ヨーガde リフレッシュ1222 講師 幸田 園子氏	12月22日(金) 13:30～15:00	11月24日(金) ～12月8日(金)	12月15日 (金)	25名	2階 大広間	
お誕生日会 写真家 松本 邦雄氏	12月26日(火) 13:30～15:00	11月28日(火) ～12月14日(木)	12月20日 (水)	60名	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	12月28日(木) 10:00～11:30	11月30日(木) ～12月14日(木)	12月21日 (木)	50名	3階 集会室	

10.11.12月生まれの方

10月5日(木) 講師 ソフトバンク(株) スマホ講座

LINEとケーガールズ編



10月21日(土) 講師 住吉区スポーツ推進員の方 スリーアイス

初めてでも大丈夫 誰でも簡単にできます



10月31日(火) 講師 金京子氏 心身正体

自分で自分の身体を正しくほぐしましょう



11月7日(火) 講師 幸田園子氏 ヨーガide17フレッシュ

本場のヨーガが体験できます



事業報告



クリスマスコンサート

開催日時：令和5年12月20日(水) 午後2時～3時30分
 受付開始：午後1時30分
 開催会場：錦秀会住吉区民センター 小ホール
 募集人数：約300名

出演：あふたあびいと 一昭和歌謡バンド

市内在住60歳以上の方

入場無料 申込不要

師走(12月)しわす
旧暦の意味・由来

もう、説明はいらないですよね？
皆様も走り回る程忙しいといいですよね
今年も元気で過ごせたことに感謝！
あたり前の幸せが来年も訪れますように

ドリーム21
が たのしかっ たー

おりあの保育園 園児の作品



文化祭

10月26日(木) 27日(金)

大盛況の二日間でした 皆様お疲れ様でした

太極拳



音楽LIVE



役員の皆様



フォークダンス



大掃除

12月28日(木) 14時～16時

今年も、大掃除の時期になりました。
年末の慌ただしい時ですが、ご協力をお願いします。
用具はすべてセンターで用意しています。

12月29日(金)～1月3日(水)
年末年始 休館となります

38年ぶり日本一
阪神タイガース

優勝

おめでとうございませう！
AREのARE



～住吉区老人クラブ連合会 より～

天高く馬肥ゆる秋と言いますが、今年は 屋間に暑くなる日もあった10月でした。
 区老連では10月10日(火) ポツチャ勉強会、同月20日(金) クラブ大会、同月27日(金) 老人福祉センター文化祭【出場&展示】、同月28日(土) 区民まつり【スーパーボールすくい】 出店……
 慌ただしい10月でした。
 ~~~~~写真は区民まつりのもの~~~~~

