

卓球・囲碁将棋利用時間 ○10時から▲12時から		<b>事業</b> ★は申込必要 それ以外は当日参加可能	<b>1月予定表</b>	<b>同好会</b> まずは見学に来てください その後入会手続き
<b>休館日 (12月29日～1月3日迄)</b>				
第1週	1 水			
	2 木			
第2週	3 金			
	4 土	○	卓球フレンド 10:00	
第3週	5 日			
	6 月	○	卓球愛好会 10:00 健幸会 13:00 くつろぎ同好会 10:00	
第4週	7 火	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 リズム体操 12:30	体操同好会2組 10:00 民謡同好会 13:00 卓球フレンド 10:00 あやめ会 13:45
	8 水	○		すみっこメルヘン 13:00
第5週	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 ハーモニカ同好会 13:30
	10 金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 ★心身正体13:30 ★楽しい健康体操 ①A10:00②B11:15	生花同好会 13:00
第6週	11 土	○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00
	12 日			
第7週	13 月			
	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 13:30
第8週	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 アイリスpc 13:00 あやめ会 13:45
	16 木	○	★川柳de遊ぼう 13:30	卓球同好会 10:00 若葉同好会 13:00 住吉SHC 13:30
第9週	17 金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00	太極拳 10:00 ディスコン2組13:00 英会話同好会 14:45
	18 土	○		住吉カラオケ教室 10:00 ディスコン1組 13:00
第10週	19 日			
	20 月	○		卓球愛好会 10:00 健幸会 13:00 手芸クラブ 13:00
第11週	21 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
	22 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 アイリスpc 13:00
第12週	23 木	○		ハーモニカ同好会 13:30
	24 金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00 ★楽しい健康体操 ①A10:00②B11:15	みんなのコーラス 14:00
第13週	25 土	○		体操同好会1組 10:00 カナリア 13:00
	26 日			
第14週	27 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
	28 火	▲	百歳体操①10:00②11:00 ★シニアミュージカル 14:00	
第15週	29 水	○	リズム体操 12:30	うたごえサークル 10:30
	30 木	○	★音楽LIVE 13:30	住吉SHC 13:30
第16週	31 金	▲	百歳体操 ①10:00②11:00	太極拳 10:00 みんなのコーラス 14:00

利用時間 午前10時～午後5時 休日 日祝 年末年始

たんけんひろばの  
じしゃくをつけて  
あそぶところが  
たのしかった



遠里小野保育園  
4歳児の作品

住吉区老人福祉  
**センターだより**  
1月号  
2025

〒558-0032 住吉区遠里小野1-1-31 電話06-6694-1416・FAX06-6606-3412  
募集受付 午前10時～午後5時 抽選結果は 電話又は事務所横の貼り紙にてご確認ください

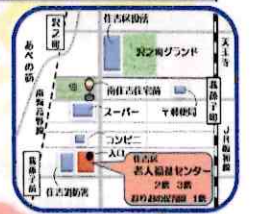
### 心身正体

日時 1月10日(金) 13:30～15:00

受付 12月17日(火)～12月26日(木)

発表 12月28日(土)

講師 金京子氏  
場所 3階集会室 定員 50人



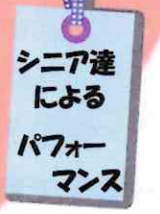
### シニアミュージカル

日時 1月28日(火) 14:00～15:00

受付 12月19日(木)～1月14日(火)

発表 1月21日(火)

出演 発起塾ツアー組  
場所 3階集会室 定員 80人



### よみがえる青春 音楽LIVE

日時 1月30日(木) 13:30～14:30

受付 12月26日(木)～1月15日(水)

発表 1月23日(木)

出演 木本 泉氏(泉屋)  
場所 3階集会室 定員 80人

0207

### ヨーガdeリフレッシュ

日時 2月7日(金) 13:30～15:00

受付 1月8日(水)～1月24日(金)

発表 1月31日(金)

講師 幸田 園子氏  
場所 2階大広間 定員 25人

### 体力測定会&百歳体操

日時 2月7日(金) 10:30～12:00

受付 1月8日(水)～1月24日(金)

発表 1月31日(金)

講師 上田 綾子氏  
場所 2階大広間 定員 30人







おかんアート

11月21日(木)  
講師 水谷ミチ子氏

当センター利用者の水谷さんに講師をして頂きました。大人気の講座！入りきれないほどの応募がありました。向かい合せてワイワイガヤガヤと3時間、お正月用のリースを作りました。館長も助手でお手伝い！水谷さんにお褒めの言葉を頂きました。



お誕生日会&パフォーマンス 11月21日(木)

大正琴 琴修会  
うた 遠里小野保育園

写真、事務所まで取りにいらしてください  
10.11.12生まれのお誕生日会。大正琴の演奏や、保育園児のかわいい歌。毎回パフォーマンスは趣向を凝らしています。次回はどんなパフォーマンスが見れるかな？誕生日でない方も大歓迎です。参加お待ちしております。



成年後見制度 11月28日(木)  
司法書士 山崎秀氏

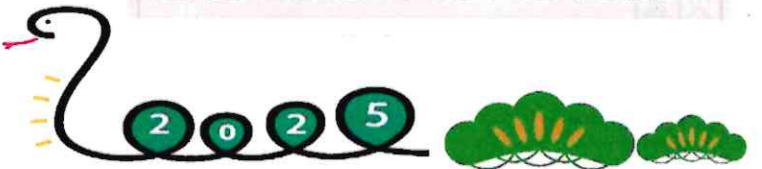
「成年後見制度」 難しそうですね。判断能力が鈍ってきて一人で決断しなければならぬ時に頼れる存在になってもらう。問題になってからでは遅いので今のうちに学習してみたいはいかがですか？



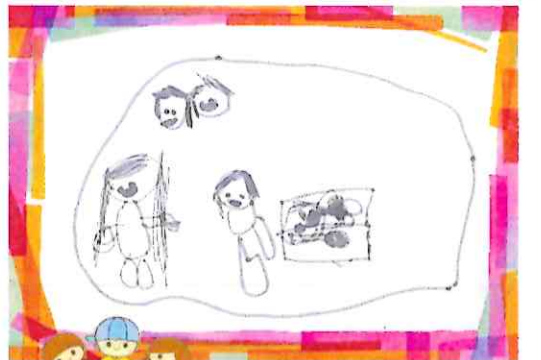
資産形成セミナー 11月15日(金)

講師 明治安田生命

国民年金基金や株式投資、NISAのお話。終了後、血管年齢のチェックをしました。

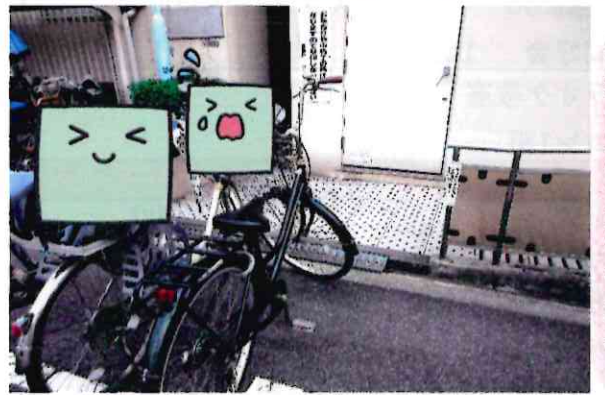


令和7年 あけましておめでとうございます  
お陰様で無事に新しい年を迎えることができました  
今年も皆様と一緒に  
楽しく充実した一年にしたいと思います  
健康万歳！幸福万歳！  
老人福祉センター、老人クラブ職員一同  
弥園徹 森永江美 柴山雅寛 金川真紀子、首藤まゆみ



遠里小野保育園 4歳児の作品

いっぱいあそんでたのしかった



いつも当センターをご利用いただきありがとうございます。当センターは皆様のご利用とご協力で成り立っております。日頃のご愛顧、大変感謝申し上げます。さて、毎日たくさんの利用者様に来館していただいておりますが自転車置き場が狭く、ご迷惑をおかけし申し訳ありません。ただ、少し残念なことがあり、左の写真のような置き方をされると車イスで来館されている方たちが通れなくなってしまいます。お互いを思いやる気持ちを大切にして誰もが気持ちよく通えるセンターになりますようご協力お願いいたします。

館長

老人福祉センター利用者アンケート  
皆様のご意見をお聞きするためのアンケート調査につきまして今回261名もの皆様から、利用状況や建物、設備面の改善、事業へのご要望などを頂きました。この貴重なご意見はすべて大阪市に報告するとともに、センターが改善できる事は順次取り組んで参りたいと考えています。ご協力ありがとうございました。  
館長

センターだよりを作ってみませんか  
8分の1程度(以下)のスペースで発信したいこと作品のお披露目何でも結構です  
毎月25日迄、事務所へご連絡ください



12月6日(金) 作品展&ポッチャ大会を開催。すべての皆さま、ありがとうございました。