

参加費
無料

普通救命講習会

此花消防署のご協力により、普通救命講習会（AEDを使用した心肺蘇生）を開催します。講習を修了された方は「普通救命講習修了証」が交付されます。
「普通救命講習会修了証」をお持ちの方は申込時にご持参ください。

日時 2月17日（火）13：30～16：30
場所 当センター 大広間、フロア
対象・定員 60歳以上の方・20名
申込 2月4日（水）11：00～2月13日（金）17：00
来館または電話にて（定員になり次第締め切り）



※ 注意 自然災害や火災などの災害発生により、講習が中止になる場合があります。

入場料
無料

シニアいきいき 作品展

～どなたでもご自由にご観覧ください。～

日時 3月 9日（月）13：00～16：00
3月10日（火）10：00～15：00
10日は12：30～13：00は清掃のため入館できません。

場所 当センター 大広間、フロア

内容 紙人形、華道、写真、書道、手芸、俳句
各同好会の作品、一般の方の作品展示。

※靴を入れるビニール袋をお持ちください。
当日は利用証の提示は不要です。



参加費
無料

「ハンドセラピー」を受けてみませんか？

指先から腕までのやさしいトリートメントです。お気軽にご参加ください。

日時 3月17日（火）13：30～15：30
お一人10分間のマッサージ

場所 当センター 会議室

対象・定員 60歳以上の方 ・ 20名

申込 3月3日（火）11：00 来館にて



此花区老人福祉センターだより



令和8年2月



此花区社協 LINE・QRコード

此花区四貫島1-1-18 ☎06-6463-3464 (FAX)06-6464-0766

※ 停電時の緊急連絡先：080-9268-1801

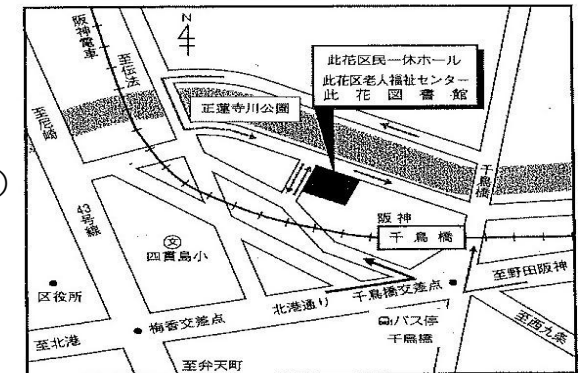
老人福祉センター利用について

老人福祉センターは60歳以上の大阪市民の方がご利用できます。利用証を発行いたします。

発行には身分証明証が必要となります。（無料）

- ★ 入館時には利用証の提示をお願いします。
- ★ 体調のすぐれない方は入館出来ません。
- ★ 靴はビニールの袋等（持参）をお願いします。

当センターは**土足厳禁**です。
スリッパ、上履き等は各自お持ちください。



<此花区民一休ホール 1階>

3月の作品展に出展し
ませんか？

切り絵教室

日時 2月27日（金）13：30～15：00

場所 当センター大広間

対象・定員 60歳以上の方・12名

材料費 150円

持ち物 眼鏡、カッターマット、ペン型カッター、ホッチキス
ホッチキス替え芯、木工用ボンド、ハサミ、筆記具

申込 2月6日（金）11：00 来館にて



参加費
無料

百歳体操

ワンポイントアドバイス

<呼吸に意識をむけよう！！>

日時 2月10日（火）10：00～11：30

場所 此花区民一休ホール

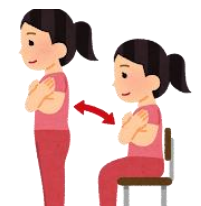
対象・定員 60歳以上の方・30名

講師 健康運動指導士 森永氏


持ち物 飲み物（水分補給用）、フェイスタオル、動きやす服装

申込 当日受付可 （当館の利用証をお持ちでない方は利用証を発行します）

※ マイナンバー等、身分証明証をお持ちください



令和8年2月 行事予定表

月	火	水	木	金	土	日
「赤い羽根共同募金」の報告 皆様のご協力のおかげで 4, 421円 集まりました。 温かいご支援に心より感謝いたします。 寄付金はお住いの地域の福祉に活用いたします。			作品展と同時開催「もちよりカフェ」 3/ 9 (月) } 13:30~14:30 会義室 3/10 (火) } 作品展のご観覧の合間にご利用ください。			1 休館
2 カラオケ (午前)	3 太極拳 (火)	4 百歳体操 ※(予約制)	5 百歳体操 ※(予約制)	6 書道 (金) 「速読②」講座 オカリナ 百歳体操 ※(予約制)	7 老人クラブ 社交ダンス 民謡 百歳体操 ※(予約制)	8 休館
カラオケ (午後) 紙人形	ストレッチ①-3 午後一般利用不可	このは 午後一般利用不可	百歳体操 ※(予約制)	オカリナ 百歳体操 ※(予約制)	民謡 百歳体操 ※(予約制)	休館
9 日本舞踊 (1/9分振替)	10 書道 (火) ワンポイント アドバイス	11 休館 (建国記念の日)	12 卓球	13 日本舞踊	14 フラダンス	15 休館
俳句 (2/23分振替)	華道		民謡	メタリックアート 教室	手芸 百歳体操 ※(予約制)	休館
16 電気設備点検のため 同好会活動は お休みです。	17 太極拳 (火) 普通救命 講習会 午後一般利用不可	18 太極拳 (水) (2/11分振替) このは 午後一般利用不可	19 老人クラブ 百歳体操 ※(予約制)	20 書道 (金) オカリナ 百歳体操 ※(予約制) 此花ウォーキング 午後一般利用不可	21 社交ダンス 民謡	22 休館
23 休館 (天皇誕生日)	24 書道 (火) 百歳体操 ※(予約制) 午前一般利用不可	25 太極拳 (水)	26 卓球	27 日本舞踊	28 フラダンス	
	百歳体操 ※(予約制)	ストレッチ②-1 午後一般利用不可	民謡	切り絵教室	手芸	

2月分 百歳体操スケジュール(予約制)

<10:00~> <13:30~>

2/ 4水・ 5木 5木・6金・ 7土
19木・24火 14土・20金・24火

…は百歳体操後に「カミカミ体操」をします。

2月老人クラブ予定表

2 (月) 区老連卓球クラブ (此花区民一休ホール)

7 (土) 女性部手芸教室

9 (月) 区老連卓球クラブ (此花区民一休ホール)

13 (金) 高齢者作品展準備 (此花区民一休ホール)

高齢者作品展

開催日時: 2月14日 (土)
10時から14時

開催場所: 此花区民一休ホール

力作がたくさん飾られています。
ぜひ見に来てください

19 (木) 会長会
老人クラブ ☎ 6463-4157

二 月 の 句 俳 句 同 好 会

紅梅の香りの中の社かな	朝寝してどがむる人もなき日々よ	寒空に向ひて赤き指を抱く	境内のオカリナの青春を呼ぶ	終を挿して見上ぐる宮の空
菅波清美	大阿久美恵子	谷 秀子	仲宗根由美子	服部康子

