

此花区老人福祉センターだより



令和8年6月



此花区社協 LINE・QRコード

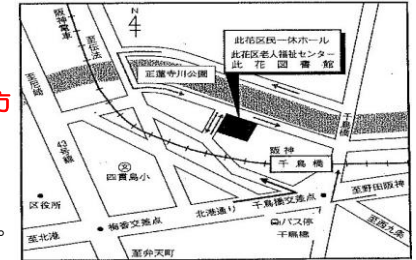
此花区四貫島1-1-18 ☎06-6463-3464 (FAX)06-6464-0766

※ 停電時の緊急連絡先: 080-9268-1801

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。

- ★ 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)でお願いします。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>

健康体操 Bクラス (追加募集)

日時 6/10(水)・6/24(水) 13:30~15:00
 「リズム脳トレ」
 場所 当センター 大広間、フロア **60歳以上の方**
 持ち物 水分補給用の飲料、フェイスタオル
 申込 6/3(水) 11:00 電話又は来館にて **(先着順)**

参加費
無料

音楽健康体操

音楽健康指導師による、音楽を使った健康体操です。歌いながら、楽しく体操しましょう。

日時 6月23日(火) 13:30~15:00
 場所 当センター大広間、フロア
 対象・定員 60歳以上の方・30名
 講師 株式会社 近畿第一興商 音楽健康指導士
 申込 6月9日(火) 11:00来館にて



※定員に余裕があれば13:30~電話受付

ボランティア清掃のお礼

4/15・5/20の清掃活動に計19名のご参加がありました。普段、掃除が行き届かない場所まで丁寧に行っていたいただき、ありがとうございました。職員一同深く感謝しております。



今月は **6/17(水) 9:15~** 軍手持参でご参加お願いいたします。尚、小雨の場合は中止です。皆様のご参加をお待ちしております。よろしくお願ひいたします。



入場
無料

ふれあいコンサート

(龍谷大学吹奏楽部OB・OGによるコンサートです。)

日時 6月20日(土) 14:00~15:00 (13:30開場)

場所 此花区民一休ホール

定員 200名 どなたでも(先着順) **当日受付**



4~6月生れの方(撮影会)

お誕生日会 (6/30)

参加費
無料

	1部 撮影会	2部 のこぎり演奏会
日時	6月30日(火) 13:45~13:55	6月30日(火) 14:00~14:30
場所	当センター 大広間	当センター フロア
対象/定員	60歳以上の 4~6月生れの方	60歳以上の方 / 20名
備考	職員がお一人ずつ撮影します。	演奏者 いちもんち らく乃氏
申込	6月9日(火) 11:00~電話又は来館にて	



参加費
無料

整体教室

●A・Bいずれも10:00~11:30 ※定員に満たない場合は追加募集あり

	Aクラス (20名)	Bクラス (20名)
日程	7/1(水)・7/15(水) 7/29(水)	8/5(水) 8/19(水)・9/2(水)
テーマ	ストレッチで整える(足・腰・骨盤)	ストレッチで整える(首・肩・背中)
場所・講師	当センター大広間、フロア ・ 中村 大輔氏(カイロプラクター)	
持ち物	ヨガマット又はバスタオル、飲み物、タオル	
A・Bいずれか申込	6/10(水) 11:00来館 空席があれば13:30電話受付可	
※追加申込 A・B併用可	6/24(水) 11:00~電話可	7/24(金) 11:00~電話可

令和8年6月 行事予定表

月	火	水	木	金	土	日
1 カラオケ(午前)	2 太極拳(火)	3 百歳体操 ※(予約制) ☺	4 百歳体操 ※(予約制) ☺	5 書道(金)	6 老人クラブ 社交ダンス	7 休館
カラオケ(午後) 紙人形	百歳体操 ※(予約制) ☺	このは 午後一般利用不可	ウクレレ	オカリナ 百歳体操 ※(予約制) ☺ 午後一般利用不可	民謡	
8 日本舞踊 (5/8分振替)	9 書道(火)	10 太極拳(水)	11 老人クラブ 卓球	12 日本舞踊	13 フラダンス	14 休館
百歳体操 ※(予約制) ☺	華道	健康教室B-1	民謡	此花ウォーキング 百歳体操 ※(予約制) ☺	手芸	
15 カラオケ(午前)	16 太極拳(火)	17 ボランティア 清掃 9:15~ 百歳体操 ※(予約制) ☺	18 百歳体操 ※(予約制) ☺	19 書道(金)	20 社交ダンス	21 休館
カラオケ(午後) 紙人形	百歳体操 ※(予約制) ☺	このは 午後一般利用不可	ウクレレ 写真	オカリナ 手作り教室 午後一般利用不可	ふれあい コンサート 終日一般利用不可	
22 百歳体操 ※(予約制) ☺	23 書道(火)	24 太極拳(水)	25 卓球	26 日本舞踊	27 フラダンス	28 休館
俳句	音楽健康体操 午後一般利用不可	健康教室B-2	民謡	百歳体操 ※(予約制) ☺	手芸 民謡 (6/20分振替)	
29 百歳体操 ※(予約制) ☺	30 太極拳(火) (5/5分振替)	手作り教室 4/17 <楊枝人形> 参加者 女性10名 梅の花も添えて 素敵な作品になりました。	奏筆講座 4/28 参加者 女性18名・男性1名			

健康教室 4/8・22
<タオル体操>
参加者計 女性 42名
男性 2名

肩甲骨を動かして
身体がポカポカと
温まりました。



寄せ植え 5/8 参加者 女性19名

世界に一つだけの
作品が完成!!

6月百歳体操スケジュール(予約制)

<10:00~>



<13:30~>

6/3水・4木・17水
18木・22月・29月

2火・5金・8月
12金・16火・26金

☺…は百歳体操後に「カミカミ体操」をします。(希望者)

6月老人クラブ予定表

- 1 (月) 区老連卓球クラブ(一休ホール)
- 4 (木) 大老連定時総会(大阪市社会福瀬センター)
- 6 (土) 女性部手芸教室 
- 11 (木) 会長会 
- 15 (月) 区老連卓球クラブ(一休ホール)
- 18 (木) 近畿ブロック研修会(滋賀県)
- 26 (金) ペタンク審判講習会
(春日出南43号線高架下グラウンド)

第29回区老連ペタンク大会

3名でチームを作ってお申込ください

開催日時 7月1日(水) 9時~12時 (雨天予備日3日)

開催場所 春日出南43号線高架下グラウンド

参加申込 参加費一人500円 6月12日(金) 締切

老人クラブ ☎ 6463-4157

六月の句 俳句同好会

素麵を取りに
おいでと友の
声 尾崎有泉
梅雨最中傘の
花 咲く夢洲に
山口 志
早苗植う水面に
くつきり山の影
三谷 裕子
掃除する友の
姿や夏のビル
狩谷田鶴子
夕刊の遅れて
届き濃紫陽花
こあじさい
上田 圭子