

# 西淀川区老人福祉センターだより



発行 西淀川区老人福祉センター  
〒555-0001 大阪市西淀川区佃2-9-5  
電話 06-6474-4100  
FAX 06-6475-2063



こちらからホームページへ

発行日：令和6年1月1日 運営：西淀川区社会福祉協議会

## 謹んで新春をお祝い申し上げます。

令和5年11月1日より新しく館長に就任しました旭です。  
皆さまにおかれましては新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

本年も皆さまに喜んでいただけるよう、さらなるサービスの向上に向けて職員一同精一杯努めて参ります。

引き続き変わらぬご愛顧をよろしくお願い致します。

西淀川区老人福祉センター 館長 旭 亨 (あきひ とおる)



## 第4回チェア・ヨガ教室

「開催日時」 令和6年2月7日(水)・21日(水)  
午前10時～11時  
「開催場所」 西淀川区老人福祉センター 2階多目的室  
「対象者」 市内在住の60歳以上の方  
「定員」 20名(抽選) 「参加費」 無料  
「持ち物」 バスタオル、水分補給の飲み物  
「申込方法」 令和6年1月11日(木) 午前10時から  
令和6年1月25日(木) 午後4時までに  
必ず本人が電話または直接来館にて申し込んでください。

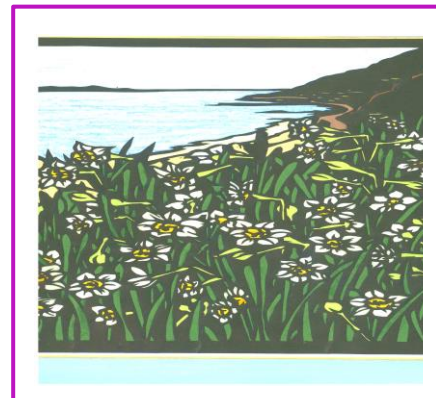


※当選結果は1月26日(金) 午後3時以降館内掲示・お電話でのお問合せ可能

## 《切り絵教室》

【水仙郷】

《開催日時》 令和6年2月6日(火) 午前10時～正午  
《開催場所》 西淀川区老人福祉センター 1階 多目的室  
《対象者》 市内在住の60歳以上の方  
《定員》 10名(抽選) 《材料費》 700円  
《持ち物》 デザインカッター・カッターマット  
はさみ・手拭き・でんぷんのり・小筆  
《申込方法》 令和6年1月10日(水) 午前10時から  
令和6年1月23日(火) 午後4時までに



必ず本人が電話または直接来館にて申し込んでください。


※当選結果は1月24日(水) 午後3時以降館内掲示・お電話でのお問合せ可能

# 2024 1 月 行 事 予 定 表

12/31(日)		1 (月)		2日 (火)		3日 (水)		4日 (木)		5日 (金)		6日 (土)			
休館日	午前	2階	元 旦	休館日	休館日	休館日	休館日			10:00~ フラダンス②	10:00~ フラダンス②	10:00~百歳体操①			
	1階	11:00~百歳体操②													
午後	2階	13:30~ ごきげん体操						13:30~ 仲良し会①	13:30~ 仲良し会①	13:30~ 90歳からの百歳体操	13:30~ 手話				
1階	13:30~ フォークダンス														
7(日)		8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)		13日(土)			
休館日	午前	2階	成 人 の 日	休館日	休館日	休館日	休館日			10:00~ 編物	10:00~ フラダンス①	10:00~ 太極拳②	10:00~ 歌体操/カメラ	10:00~ コスモス	
	1階	10:00~ 水彩画													
午後	2階	13:30~ 老ク女性部長民踊						13:30~ 習字	13:30~ 習字	13:30~ 習字	13:30~ 習字				
1階	13:30~ 歌声喫茶														
14(日)		15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		20日(土)			
休館日	午前	2階	10:00~ リズム体操	休館日	休館日	休館日	休館日			10:00~ リズム体操	10:00~ フラダンス②	10:00~ 太極拳①	10:00~ フラダンス②	10:00~ ほほえみ	
	1階	10:00~ 俳句													
午後	2階	14:00~ PPK健康体操①						13:30~ グラスアート教室	13:30~ 仲良し会②	13:30~ フォークダンス	13:30~ 区老連委員会	13:30~ 手話			
1階	13:30~ PPK健康体操①														
21(日)		22日(月)		23日(火)		24日(水)		25日(木)		26日(金)		27日(土)			
休館日	午前	2階	10:00~ 民踊	休館日	休館日	休館日	休館日			10:00~ 編物	10:00~ フラダンス①	10:00~ 太極拳②	10:00~ 歌体操	10:00~ コスモス	
	1階	10:00~ 水彩画													
午後	2階	13:30~ 3B体操						13:30~ いきいき教室	13:30~ 歌声喫茶	13:30~ 習字	13:30~ 90歳からの百歳体操	13:30~ 手話			
1階	13:30~ 楽謡会														
28(日)		29(月)		30(火)		31(水)		<b>年末年始の休館日</b> 令和5年12月29日(金)~ 令和6年1月3日(水)まで <b>年始め開館日</b> 令和6年1月4日(木) ~ご来館お待ちしております~							
休館日	午前	2階	10:00~ 民踊	休館日	休館日	休館日	休館日								
	1階	10:00~ パッチワーク													
午後	2階	13:30~ 3B体操						13:30~ PPK健康体操②	13:30~ PPK健康体操②	13:30~ PPK健康体操②	13:30~ PPK健康体操②	13:30~ PPK健康体操②			
1階	13:30~ 3B体操														

※囲碁・将棋などは毎日午後1時から4時まで利用できます。女性の方もご参加ください。  
 ※いきいき教室はふくふく(区社協)主催です。  
 ※都合により予定が変更、または中止になることがあります。

このページは、スケジュール表としてお使いください。




## にーよん文庫

(※1月6日は休みです)

毎週土曜開催

●1月13日・27日  
午前10時~正午

●1月20日 午後2時~4まで



### ★百歳体操 好評開催中!



講師の長谷川先生が直接、指導してくれる



参加者は毎回、ほぼ休まず参加しています。体を動かすと脳に刺激がいき、血流がよくなります♪



# 《第3回はじめての紙バンド教室》

スマホポーチ  
3色から選択(赤・紺・緑)

- 【開催日時】 令和6年2月14日(水) 午前10時~正午
- 【開催場所】 西淀川区老人福祉センター1階 多目的室
- 【対象者】 市内在住60歳以上の方
- 【定員】 10名(抽選) 【材料費】 700円
- 【持ち物】 はさみ・えんぴつ・30cm定規  
洗濯ばさみ(5~6個)・おもしろ
- 【申込方法】 令和6年1月18日(木) 午前10時から  
令和6年1月31日(水) 午後4時まで  
必ず本人が電話または来館にてお申し込みください。



※当選結果は2月1日(木) 午後3時以降館内掲示・お電話でのお問合せ可能

## 『料理初心者のためのメンズキッチン』

- 《開催日時》 令和6年1月31日(水)  
10時30分~13時
- 《開催場所》 西淀川区役所3階(栄養講習室)
- 《内容》 栄養士のお話「バランスよく食べよう」  
調理実習『ビビンバ丼・スープ』
- 《参加費》 500円(当日徴収)
- 《対象者》 西淀川区にお住まいの男性  
16名(初回参加者優先)
- 《申込期間》 1月10日(水) から  
1月24日(水) まで
- 《問合せ先》 西淀川区役所  
保健福祉課(健康推進)  
2階25番窓口栄養士まで

深 <small>こまめけ</small> 緋のはんてんを着て冬ごもり	老いて尚妣の恋しい寒い夜	気がつけば古稀となりけり冬の朝	近況を知らせて呉れと柿届く	紅葉舟水面を染める貴船川	小春日の優勝パレード吾入院
赤木	清瀬	大島	浅岡	木澤	綿岡
信子	朝子	幸子	紀郎	ツル子	良美



## 十二月の句



## センターのご利用方法

老人福祉センターは大阪市内にお住いの60歳以上の方がご利用できます。

初めて利用される方は利用証をお作りしますので住所、氏名、生年月日を確認できるもの(健康保険証、運転免許証等)をお持ちください。

他区の利用証をお持ちの方もご利用できます。

## 『車椅子貸し出しサービス』

区内にお住いの60歳以上の方に無料で車椅子の貸し出しをしています。

期間2週間程度です。

ご利用される場合は、利用される方の印鑑と身分証明書(健康保険証、運転免許証等)をお持ちください。

詳しいことは、老人福祉センターにお問い合わせください。

