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
利用時間：　午前１０時から午後５時
発行日：令和６年８月１日　運　営：　西淀川区社会福祉協議会

こちらからホームページへ

《ビジョンブレイン講座》

見る力をアップ⤴させる
視覚トレーニング！！

「日　　時」８月３０日（金）
　　午前１０時３０分～正午
目も頭もスッキリ！！
「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６０歳以上の方
「定　　員」２０名（抽選）　「参 加 費」無　料
「持 ち 物」筆記用具
「申込方法」８月　２日（金）午前１０時から
　　８月１５日（木）午後４時までに
　必ず本人が電話または来館にてお申込みください。
※当選結果は８月１６日（金）午後３時以降　館内掲示・お電話でのお問合せ可能

大人のぬりえ教室「後期」

『日　　時』　９月３日・１０月１日・１１月１９日　全火曜日
　　午後１時３０分～３時「３回参加可能な方」
『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』　５００円
『持 ち 物』　１２色の色鉛筆（１００円均一商品はご遠慮ください。）
『申込方法』　８月　６日（火）午前１０時から
　　８月２１日（水）午後４時までに
　必ず本人が電話または直接来館にてお申込みください。
※当選結果は８月２２日（木）午後３時以降 館内掲示・お電話でのお問合せ可能

スマホ体験教室

『スマホで始めよう！災害の備え』災害に役立つアプリを体験しよう

【日　　時】９月４日（水）午後１時３０分～３時
【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６０歳以上の方
【定　　員】２０名（抽選）　【参 加 費】 無　料
【持 ち 物】筆記用具（携帯は貸出いたします。）
【申込方法】８月　８日（木）午前１０時から
　　８月２２日（木）午後　４時まで
　必ず本人が電話または直接来館にてお申込みください。
※当選結果は８月２３日（金）午後３時以降 館内掲示・お電話でのお問合せ可能

8月 行事予定表

新事業のご案内 ビジョンブレイン講座

目を動かすと頭がすっきり！
継続することで見え方も変わってきます。目を動かすと脳の血流アップ⤴！そんな目の体操を教えます。 金曜日
8月30日午前10時30分～開催
ご参加お待ちしています！！

			1日（木）	2日（金）	3日（土）
	午前	2階	10：00～ 太極拳①	10：00～ フラダンス②	10：00～ ほほえみ
		1階	10：30～ ペン習字	10:00百歳体操① 11:00百歳体操②	
	午後	2階	13：30～ ごきげん体操	13：30～ 歌おう仲良し会①	
		1階		13：30～ ９０歳からの百歳体操	

			4日(日)	5日（月）	6日（火）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）
休館日	午前	2階		10：00～ リズム体操	10：00～ すこやか健康体操⑥	10：00～ フラダンス①	10：00～ 太極拳②	10：00～ カメラ・健音体操	10：00～ コスモス
		1階		10：00～ 俳　句	10：00～ 編　物	10：00～ パッチワーク		10:00百歳体操① 11:00百歳体操②	
	午後	2階		13：30～ 3B体操		14：00～ シニア健康教室②	13：30～ 歌声喫茶	13：30～ 歌おう仲良し会②	
		1階				13：30～ 老ク女性部長民踊	13：30～ 習　字	13：30～ PPK健康体操①	

歌体操が
「健音体操」
になりました。

			11日(日)	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）
山の日	午前	2階		振替休日			10：00～ 太極拳①	10：00～ フラダンス②	10：00～ ほほえみ
		1階			10：00～ 水彩画			10:00百歳体操① 11:00百歳体操②	
	午後	2階					13：30～ ごきげん体操	13：30～ 歌おう仲良し会①	
		1階							

			18日(日)	19日（月）	20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）
休館日	午前	2階		10：00～ リズム体操	10：00～ チェアヨガ教室①	10：00～ フラダンス①	10：00～ 太極拳②	10：00～ 健音体操	10：00～ コスモス
		1階				10：00～ パッチワーク		10:00百歳体操① 11:00百歳体操②	
	午後	2階		13：30～ 3B体操			13：30～ 歌声喫茶	13：30～ 歌おう仲良し会②	
		1階					13：30～ 習　字	13：30～ ９０歳からの百歳体操	

歌体操が
「健音体操」
になりました。

			25日(日)	26日（月）	27日(火)	28日(水)	29日（木）	30日（金）	31日（土）
休館日	午前	2階		10：00～ 民　踊	10：00～ 編　物		10：00～ ごきげん体操	10：30～ ビジョンブレイン講座	10：00～ ほほえみ
		1階			10：00～ 水彩画		10：30～ ペン習字	10:00百歳体操① 11:00百歳体操②	
	午後	2階				13：30～ いきいき教室			
		1階		13：30～ 楽謡会		13：30～ 老ク女性部長民踊		13：30～ PPK健康体操②	

※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。

センターのご案内

～老人福祉センターは大阪市内にお住まいの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。
住所、氏名、生年月日を確認できるもの
（健康保険証、運転免許証など）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。
●利用時間　午前10時～午後5時まで
●休館日　　日曜、祝日、年末年始

＊サークルメンバー募集中＊

「楽謡会」
★第4月曜日
★13:30～15:00
★会費 2か月1,000円

「習　字」
★第2・4木曜日
★13:30～15:00
★会費 1か月1,000円

グラスアート教室

『日　　時』　９月１７日（火）
　　午後１時３０分～３時３０分
『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』１０００円
『持 ち 物』　筆記用具・はさみ
『申込方法』　８月１９日（月）午前１０時から
　　８月２９日（木）午後４時までに
必ず本人が電話または来館にてお申込みください。
※当選結果は８月３０日（金）午後３時以降
館内掲示・お電話での問合せ可能

2025 干支「巳」

おとなのてらこや【後期】

「日　　時」　１０月８日（火）・２２日（火）　午後１時３０分～３時
　　１１月５日（火）・１９日（火）
「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６０歳以上の方 「定　員」２０名（抽選）
「参 加 費」　無　料 「テキスト代」８００円（２００円×４回）
「持 ち 物」　筆記用具、水分補給の飲み物
「申込方法」　８月２７日（火）午前１０時から
　　９月１２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お申込みください。
※4 抽選結果は９月１３日（金）午後３時以降 館内掲示・お電話でのお問合せ可能

共催　NPO 法人おひさま

七月の句

美しき苔に落花の沙羅双樹（さらそうじゅ）　綿岡　良美
水平線夏至の太陽赤く染め　木澤　ツル子
門限を忘れて遊ぶ子等の夏至　浅岡　紀郎
夏至の夜や催促される離乳食　大島　幸子
お早ようの挨拶代わり蟬しぐれ　清瀬　朝子
ベランダの雀三羽が今日の客　赤木　信子

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。

期間は2週間程度です。

利用される場合は、利用者ご本人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。