

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～午後5時



発行日：令和8年5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](#)

やさしい大人のぬりえ教室(前期)

【日時】 6月9日・23日 全て火曜日 (2回参加できる方)
午後1時30分から3時30分まで

【場所】 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 【参加費】 無料

【定員】 10名(抽選) 【材料費】 1000円(500円×2回)

【持ち物】 12色の色鉛筆(100円均一の色鉛筆以外の物)

【申込方法】 5月8日(金)午前10時から21日(木)午後4時まで

【必ず本人が電話か来館にて申込み】

※当選結果は5月22日(金)午後3時以降
館内掲示・電話での問合せ可能

申込み日
月 日
NO.
抽選結果
当選 落選

はじめての紙バンド教室

「日時」 6月10日(水) 午前10時から正午まで

「場所」 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 「参加費」 無料

「定員」 10名(抽選) 「材料費」 1000円

「持ち物」 はさみ・30cm定規・鉛筆・重石
洗濯ばさみ5~6個

「申込方法」 5月13日(水) 午前10時から
5月28日(木) 午後4時までに

【必ず本人が電話か来館にて申込み】

※当選結果は5月29日(金) 午後3時以降
館内掲示・電話での問合せ可能


3色から選べます
バイオレット
ピンク・ブルー



布テープ持ち手の
トートバック

申込み日
月 日
NO.
抽選結果
当選 落選



		<p>老人福祉センター内</p> <p>にょん 文庫</p>  <p>誰でも利用できるよ!</p> 				1日(金)	2日(土)	
午前	2階	<p>毎月 第2土曜日は 中で本を読んだり貸出、</p> <p>借りた本の返却が出来ます。</p> <p>第1・3・4・5土曜日は、貸出、返却のみになります。</p> <p>開催時間 14時～16時まで お待ちしています。</p>				10:00～	10:00～	
	1階					フラダンス②	ほほえみ	
	午後					2階	10:00・11:00	
						1階	百歳体操①②	
3日(日)		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	
休館日	2階	みどりの日	こどもの日	振替休日	10:00～	10:00～	10:00～	
	1階				太極拳①	健音体操・カメラ	コスモス	
	午後				2階	10:30～	10:00・11:00	
					1階	ペン習字	百歳体操①②	
10日(日)		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	
休館日	2階	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	
	1階	民踊	編物	フラダンス①	太極拳②	フラダンス②	ほほえみ	
	午後	2階	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00・11:00	
		1階	健康(太極拳)俳句	水彩画	ハンドメイド教室	生花	百歳体操①②	
17日(日)		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	
休館日	2階	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	
	1階	3B体操	おとなのてらこや③	ルンルン	歌声喫茶	ごきげん体操	手話	
	午後	2階	14:00～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	
		1階	麻雀教室(初級編)	老ク女性部長民踊	習字	区老連委員会	PPK健康体操①	
24/31日(日)		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
休館日	2階	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	
	1階	リズム体操	正しい歩き方教室①		太極拳①	健音体操	コスモス	
	午後	2階	10:00～	10:00～	10:00～	10:30～	10:00・11:00	
		1階	パッチワーク	ペン習字	百歳体操①②			
24/31日(日)		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
休館日	2階	14:00～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	
	1階	シニアの健康教室	ふれあい健康麻雀	フォークダンス				
	午後	2階	10:00～	10:00～	10:00～	10:00～	10:00・11:00	
		1階	パッチワーク	生花	百歳体操①②			
24/31日(日)		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
休館日	2階	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	
	1階	歌おう仲良し会	ごきげん体操	区老連委員会				
	午後	2階	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	13:30～	
		1階	麻雀教室(初級編)	いいき教室	歌声喫茶	習字	お世話人会	

※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。





- ★初心者でも先生が丁寧に教えてくれる。
- ★編物なので間違えてもやり直しも出来るから初心者でも安心。
- ★自分のサイズに合ったものが作れる。
- ★自分が作ったオリジナルだから愛着も沸くし大事に出来る。
- ★10年以上経っても痛まず着れるのでお得。
- ★手を動かすから認知症予防にもなる。
- ★自分の好みの形や色味で作る事ができる。

開催： 第2,4火曜日
 時間： 午前10時～正午
 会費： 1ヶ月1,500円



コスモス

- ★先生が課題曲の歌の意味や、歌の風景、曲の歌い手の経歴、年齢などを教えてくれ、少しでも感情をいれて歌うために、唄い方だけではなく丁寧な指導をしてくれる。
- ★メンバー同士和気あいあいと楽しんでいる。
- ★大きな声を出す事がストレス発散になる。
- ★声を出すことで認知症予防になる。
- ★外に出ると意識がでるのがいい。
- ★個人レッスンのような丁寧な指導でお得。

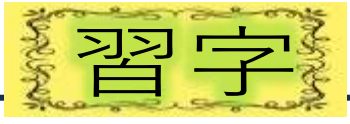
開催： 第2,4土曜日
 時間： 午前10時～正午
 会費： 2ヶ月 1,500円

サークルメンバー募集

サークル活動で生きがいを持てたり、仲間が出来、楽しみを一緒に味わう事も出来ます。外に出るきっかけ作りにも。問い合わせは老センまで ☎6474-4100

- ★字が上手になり字のバランス感覚が磨ける。
- ★先生がお手本の説明を丁寧に教えてくれるので書きやすい。
- ★筆を動かすことで脳の活性化が出来る。
- ★文化系だけど習字は体を使うからいい。
- ★無になり夢中になるので集中力がつく。
- ★作品を家に飾ってインテリアにでき、家族や友人などに自慢ができる。
- ★冠婚葬祭などで、筆を使う時に自信がもてる。

開催： 第2,4木曜日
 時間： 午後1時30分～3時
 会費： 2ヶ月 2,000円



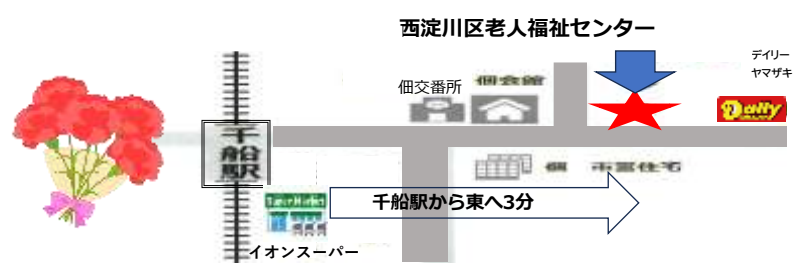
《西淀川区老人福祉センターの利用について》

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身分を証明出来るもの（マイナンバーカードなど）をお持ち下さい。〈他区の利用証をお持ちの方も 利用できます〉

*利用時間 午前10時～午後5時



*休館日 日曜・祝日・年末年始 12/29～1/3 *利用料 無料



市内在住 60歳以上の方
 利用可能です。
 西淀川区佃 2-9-5
 ☎ 6474-4100



第1回「男の健康体操」

講師：坂之上 秀子先生

- 【日時】 7月3・17日全(金) (午後1時30分～2時30分)
- 【場所】 老人福祉センター2階 多目的室
- 【定員】 20名(抽選) 【参加費】 無料
- 【対象者】 市内在住の60歳以上の方
- 【持ち物】 汗拭きタオル・水分補給の飲み物
- 【申込方法】 5月14日(木)午前10時から
6月1日(月)午後4時までに



申込み日
月 日
NO.
抽選結果
当選 落選

※当選結果は6月2日(火)午後3時以降 申込は本人が来館か電話にて結果も本人が館内掲示または電話で確認下さい。

第1回

「ソウルダンスベーシック」

- 【日時】 6月29日(月)・7月13日(月) (午後2時～3時)
- 【場所】 老人福祉センター2階 多目的室
- 【定員】 30名(抽選) 【参加費】 無料
- 【対象者】 市内在住の60歳以上の方
- 【持ち物】 汗拭きタオル・水分補給の飲み物
- 【申込方法】 5月19日(火)午前10時から
6月11日(木)午後4時までに



申込み日
月 日
NO.
抽選結果
当選 落選

※当選結果は6月12日(金)午後3時以降 申込は本人が来館か電話にて結果も本人が館内掲示または電話で確認下さい。

②「利用証更新手続」

のお願い



4月より新年度になりました。
バーコード付きの新しい利用証と
今、お持ちの利用証と交換します。
ご都合のいい時に来館下さい。
住所、電話番号、緊急連絡先等の変更を
確認します。
変更のある方はお伝えください。
ご協力よろしく申し上げます。

淀の水枯れることなく春迎え	オペ終えて娘とハイタッチ花見せん	花見用筵抱えて走り行く	骨折しまともに着れぬ春セーター	咲き誇る花の中なる花衣	校門の桜吹雪に子等跳ねる
松久	赤木	清瀬	大島	浅岡	木澤
広志	信子	朝子	幸子	紀郎	ツル子

