

5月 東淀川区老人福祉センターだより

2018年 【発行】大阪市立東淀川区老人福祉センター
〒533-0032 大阪市東淀川区淡路4-1-6 ☎06-6322-0173

普通救命講習会 (AED)

防火、防災、救急、人命を救うAEDの使用方法など知っておくと役立つお話です。

日時 5月8日(火)
午後1時30分～3時30分
場所 4階 大集会室
講師 東淀川消防署
定員 30名(先着順)



※普通救命講習修了証をお持ちの方は
当日にご持参してください。

幸せになるお金の使い方講座

参加者募集

日時 5月15日(火)
午後1時30分～3時
場所 4階 大集会室
講師 飛多 朋子(税理士)
定員 30名(先着順)



アロマサロン

アロマは美と健康に効果的な植物療法です。
楽しく、おしゃべりしながら、ホッとひと息
しませんか。

日時 5月25日(金)
午後1時30分～

場所 2階 談話室
内容 ①アロマハーブ手練石鹸3種
(ラベンダー・ミント・ローズマリー)
②アロマ美肌化粧水
定員 15名(先着順)



月琴演奏会

月琴に合わせて、歌いましょう～！
楽しく歌って元気になろう・・・！

日時 5月16日(水)
午後1時30分～3時
場所 4階 大集会室
定員 60名(先着順)



月琴

健康体操

ほど良く運動を取り入れながら、日々の積み重ねで、
筋力を増やしていきましょう。

日時 5月29日(火)
午後1時30分～3時30分

場所 4階 大集会室
講師 白濱 善弘(生涯学習インストラクター)
定員 60名(先着順)



高齢者の交通事故防止講習会

自転車、自動車に乗っているみなさん！
自分の身をどう守るのか、一緒に勉強しましょう。

日時 5月22日(火)
午後1時30分～

場所 4階 大集会室
講師 東淀川警察署
定員 30名(先着順)



利用証の更新はお済ですか？

4月2日より、利用証の更新が始まっています。
お手元の利用証をご確認のうえお持ちください。
また、利用証の紛失や汚損の場合は再発行いたし
ますのでお知らせください。

利用証

※各講座のお申し込みは4月16日(月)から電話、または来館にて受付けます。
お申し込みはご本人からに限らせていただきますのでご了承ください。

新館長 ご挨拶

4月1日付の人事異動により
当センターの館長としてまいりました。



津田 雅人です。

元気いっぱい頑張りますので、
何卒宜しくお願い申し上げます。

何かお気づきの点がございましたらお気軽に
お声がけください。



事業報告

みんなで楽しく歌いましょう！ (3/6火)

利用者全員で24曲を熱唱しました。
利用者のみなさんもお腹の底から思う存分歌われ、
「元気になったわ！」「楽しい時間だったわ！」
「今日は良かった！最高だった！」
「また、こんな時間を共有したい」との声が
多かったです！

ほんとにみなさん頑張りましたね！パチ！パチ！

おつかれさまでした！

♡-☆+♡+☆-♡-♡-☆+♡+☆-♡-

(世代間交流) ゲーム大会

(3/29木)

子ども子育てプラザの児童たちとセンター利用者の
方々との交流でゲーム大会を開催しました。ペット
ボトルボウリングや輪投げ、ダーツ、ディスコンを
楽しみ、子どもたちから元気をいっぱい頂きました。

♡-☆+♡+☆-♡-♡-☆+♡+☆-♡-

健康体操

(3/13火)

毎回2時間の健康体操ですが、休憩を入れながらも
みなさん！驚くほどしっかり、先生に付いて体を鍛
えられています。ほんとに！いつまでもお元気でいて
ほしいです。ぼちぼち頑張ってくださいねえ～

お笑い落語 (3/15木)



今回は見台を持参され見台を叩いて音を出し、声量
のある落語でした。参加者から「面白かった」
「大熱演で良かった」と言う声が多く、楽しい時間を
過ごされました。

また！次回をお楽しみに！

やわらかな雨の降りる桜草
掌にのせれば重し落椿
桃の花 後藤又兵衛屋敷あと
ぼったりと落ちて壊れぬ椿かな
椿咲く利休屋敷の水の音



村中村河
越西山上原

浩和千民
子枝恵子子

俳句サークル (木の芽) 富田 栄子先生選 作品介绍

自転車に乗って来られる方へ

よろしく
お願いします

駐輪場が狭く、みなさんにご迷惑を
おかけしています。
最近入口付近に自転車を止められる方
が増えて困っています。
駐輪場がいっぱいの時は、センターを
出て右側（パーキングの横）の壁に沿
って斜めに止めてくださいますよう、
ご協力お願いいたします。

車に気をつけて運転
してくださいね！



サークル会員受付中

書道、俳句、手芸、生花、絵画、民謡
カラオケ、フォークダンス、詩吟、
謡曲、民踊、うたごえ、フラダンス
おりがみ、いきいき体操クラブ、大正琴
まずはお電話にてお問い合わせください。

「れっつ!おどりざんまいディ」

4月から発足しました

開催日/毎月第2・第4金曜日

午後1時～4時

盆踊りおどり大好きな方!

あなた!わたし!が主役です。

「れっつ!おどりざんまいディ!」は盆踊り大好きな方が、誰でも参加できますのでお気軽にご参加ください。

盆踊りの曲の数々を“踊って三昧”楽しみましょう!身体もリフレッシュしてステキな輪を広げましょう。



今年から、盆踊り大会を思いっきり盛大に開催し楽しんでいただきたいと考えています!

6月の行事予定

- ・食育講座(5/火)
- ・人形劇(6/水)
- ・5月・6月お誕生会(20/水)
- ・みんなで歌おう(29/金)



高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

- ・ディスコン講習会(21/木)

5月の「れっつ!ピンポンディ」

卓球開放日

- 5/7 (月) 午前10時～正午
- 5/12 (土) 午後1時～午後4時
- 5/19 (土) 午前10時～午後4時
- 5/21 (月) 午前10時～正午
- 5/26 (土) 午後1時～午後4時

お一人でもお気軽にお越しください!

ラケット、ピン球はご用意しています。「上ぐつ」は必ずご持参ください。動きやすい服装でご参加ください。



ひったくり被害にご注意ください!

平成29年中、大阪ではひったくりの被害が約650件発生しており、この数は、一昨年と比べて150件以上減少しました。しかし、ひったくりの被害に遭われた方のうち60歳以上が約3割を占めており、ほぼ毎日のように手に持ったり、自転車の前かごに入れていたバッグなどを後方から追い抜きざまにひったくられる被害が発生しています。ひったくりの被害に遭わないために、次のポイントに注意してください。

被害防止のポイント

- ◇バッグは車道と反対側に持ちましょう。
- ◇時々後ろを振り返るなどして、不審者がいないか確認しましょう。
- ◇自転車の前かごには、ひったくり防止カバーを取りつけましょう。



端午の節句



男子の節句とされ、身を守る「兜」や「鎧」を飾り「鯉のぼり」を立てて男子の成長や立身出世を願ってお祝いします。

また、香気の強い菖蒲湯に入ることで無病息災を願います。

【かしわ餅の由来】

かしわ餅は、かしわの葉の若い葉が出ないと古葉が落ちないことから、後継ぎが絶えないと言う縁起に なったものです。

第2日曜日は母の日

母の日

いつも明るく!元気に活動されているお母さん!

寒い冬ももう終わり、新緑の季節となりました!

新しいことにチャレンジして、元気に若返り笑顔で

楽しい毎日を過ごしてくださいね!

いつも、応援しています!



—老人福祉センターご利用について—

老人福祉センターは、60歳以上の市民の方がご利用いただけます。

初めて利用される方は、利用証を発行いたしますので健康保険証・免許証などをご持参ください。