

# いきいきセンターだより

2019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

## 文化祭

11月15日(金)

午前10時～午後4時

11月16日(土)

午前10時～午後3時

### 発表会

15日(金)午前10時～午後3時

16日(土)午前10時～午後3時

4階 大集会室

《両日共12時～午後1時休憩予定》

民謡・詩吟・民謡・カラオケ・うたごえ

フォークダンス・3B体操・大正琴・

フラダンス・いきいき体操など

### ★絵画展★

#### 西淡路第二保育所

西淡路第二保育所の

園児たちの絵画展があ

ります。(2階廊下)

ぜひ、ご覧ください。



### 作品展

15日(金)午前10時～午後4時

16日(土)午前10時～午後3時

2階

大広間:俳句・絵筆・生花・書道・

おりがみ・手芸など

3階

講習室:書道・手芸など

第一会議室:絵画・生花など

第二会議室:東淀川区老人クラブ

作品コーナー

### お茶席

15日(金)午前11時～午後3時

※一日限りです。

2階 ロビーにて

お茶席券 一枚300円

10月16日(水)より事務所にて

前売り券を発売します。

(限定100枚)

いちようサークル茶道部

### 「ぜんざい」コーナー

15日(金)16日(土)

午前11時～午後3時

2階 談話室

ぜんざい一杯200円

「淀の会」

### 「ほっこりカフェ」

16日(土)

午前11時～

午後2時



### 2階ロビーにて

(飲み物はホットコーヒーのみです)

東淀川区老人福祉センターでは

毎月第2木曜日にカフェを開催して

います。介護・医療の専門職の方も

来られますので、コーヒーを飲みな

がらゆっくりとご相談ください!

### お願い!

文化祭当日はかなりの混

雑が予想されますので

自転車でのご来館は出来

るだけお控えくださいま

すようお願いいたします。

また **スリッパのご持参!**

**ご協力をお願いいたします!**



《高齢者の生きがいと健康づくり推進事業》

## すこやかマッサージ&ダンス

日時 11月6日(水)  
午後1時30分～2時30分  
場所 4階 大集会室  
内容 リンパマッサージと(運動)ダンス  
講師 藤村 千恵子先生  
定員 80名(申込み先着順)



## 笑いヨガ

日時 11月19日(火)  
午後1時30分～3時  
場所 4階 大集会室  
講師 日置 ゆりえ先生  
定員 60名(申込み先着順)



笑いヨガは簡単で楽しい「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせたものです。

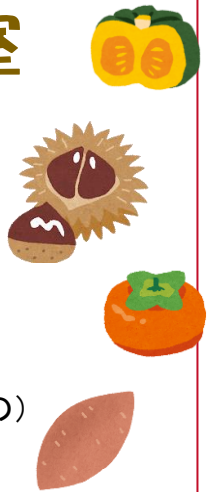
## アロマサロン

日時 11月26日(火)  
午後1時30分～3時  
内容 ①アロマ手練石鹸 ￥900(200g)  
②アロマ乳液 ￥1100(200cc)  
講師 「あろま雅」川邊 雅子先生  
定員 15名(申込み先着順)



## 絵手紙教室

日時 11月29日(金)  
午後1時30分～3時  
場所 3階 第2会議室  
講師 宮西 陽子先生  
定員 30名(申込み先着順)  
参加費 500円(画材料)  
持ち物 ①ポケットティッシュ  
②画材2点(描きたいもの)



## れっつ!おどりざんまいディ

日時 11月8日(金)、22日(金)  
午後1時～4時  
場所 4階 大集会室

申込み不要

途中からの参加も退室もOK!  
気軽に盆踊りを楽しみましょう♪



## 文化祭「発表会」 一般参加者募集!

日時 11月16日(土)  
場所 4階 大集会室  
定員 7組(申込み多数の場合は抽選)  
受付 10月15日(火)～31日(木)  
抽選日 11月7日(木)午後2時～  
※7組までの場合は申込者に  
センターより連絡します。



※「れっつ!おどりざんまいディ」以外はお申込みが必要です。10月15日(火)午前10時から、電話または来館にて受け付けます。ただし、絵手紙については参加費を添えてのお申し込みになりますので、来館のみの受付です。また、お申し込みはご本人に限らせていただきますのでご了承ください。



# 12月の行事予定

- 12/ 5(木)バンパー大会
- 12/13(金)すこやかマッサージ&ダンス
- 12/17(火)風呂敷結び教室
- 12/18(水)11月・12月お誕生会 & 年忘れ演芸大会
- 12/19(木)お笑い落語
- 12/23(月)生活お役立て講座④  
エンディングノート



# 11月の「れっ!ピンポン」卓球開放日

- 11/ 2(土)午前10時～午後4時
- 11/ 9(土)午後 1時～午後4時
- 11/18(月)午前10時～正午
- 11/30(土)午前10時～午後4時

ラケット、ピン球はご用意しています。  
「うわぐつ」は必ずご持参ください。

お一人でもお気軽にお越しください。

# 文化祭準備のお手伝いをお願いします!

11月12日(火)午前10時～12時、  
午後 1時～3時に  
文化祭会場を設営(パネルや机等の設置)  
します。ご協力いただける方は、事務所ま  
でお申し出ください。よろしくお願いた  
します。



俳句サークル(木の芽) 作品紹介

富田 栄子 先生選

和泉野を群れて飛立つ稲雀

蓑虫も縄張りありき五葉松

夜毎鳴くちちろの姿いまだ見ぬ

引く波の貝殻残す海は秋

碑の雨に打たるる震災忌



河原 年子

片野 美智子

藤井 玲子

竹森 三紀子

村上 民恵

ちちろとは・・・



その鳴き声から、こおろぎの別名です。

# お知らせ

駐輪場が狭くて、みなさまにご迷惑をおかけ  
しています。お近くの方は、出来るだけ自転  
車での来館は控えていただくようお願いいた  
します。