

2月 いいきいきセンターだより

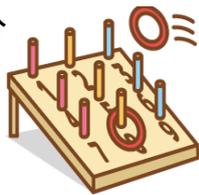
2020年 【発行】大阪市立東淀川区老人福祉センター

〒533-0032 大阪市東淀川区淡路4-1-6 ☎06-6322-0173

《高齢者の生きがいと健康づくり推進事業》

輪投げ大会

日時 2月 4日(火)
午後1時30分～3時30分
場所 2階 談話室
内容 当日、抽選による
5人×5チームのリーグ戦
定員 25名(申込み先着順)



※ 優勝～3位のチーム、個人の賞品もあります。

《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 2月 5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ダンス(運動)
講師 藤村 千恵子先生
定員 80名(申込み先着順)



いいきいきメイク セミナー

日時 2月14日(金)
午前10時～正午
場所 3階 第2会議室
講師 (株)ファンケル CSR 推進室 上坪 理紗氏他
持物 ①髪留めかヘアターバン
②長めのフェイスタオル
③卓上かがみ ④筆記用具
定員 20名(申込み先着順・女性に限る)



絵手紙教室

日時 2月10日(月)
午後1時30分～3時
場所 3階 講習室
講師 宮西 陽子先生
参加費 500円
持物 画材2点
定員 30名(申込み先着順)



ゴスペルコンサート &ゴスペル体験♪



日時 2月20日(木)
午後1時30分～2時30分
場所 4階 大集会室
内容 ゴスペルコンサート鑑賞と
ゴスペル体験(メンバーとの合唱)
出演 森の小路合唱団
定員 40名(申込み先着順)



笑いヨガ



日時 2月18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 30名(申込み先着順)

※「ほっこりカフェ」と「れっつ！おどりさんまいディ」以外はお申込みが必要です。
各講座の申込みは1月15日(水)から電話(午前10時から)、または来館にて
受け付けます。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。

1・2月 お誕生会 & みんなで歌おう♪

日時 2月19日(水)
午後1時30分～3時
場所 4階 大集会室
内容 1・2月のお誕生者を歌で
お祝いします。
講師 松本 久美子先生
定員 100名(申込み先着順)



アロマサロン

日時 2月25日(火)
午後1時30分～3時
場所 2階 談話室
内容 ① アロマ手練石鹸
② アロマ蜜蝋クリーム
講師 「アロマ雅」川邊 雅子先生
定員 15名(申込み先着順)

おつかれさまでした！！

昨年末(12/24)の大掃除に
ご協力いただきましたみなさま

ありがとうございます
ございました

お帰りの際に利用証を
間違っって持ち帰る方が
増えています。

再度ご確認ください。



駐輪台数に限りが
あります。
自転車での来館はなる
べく控えていただくよう
ご協力ください。

俳句サークル『木の芽』 ー作品紹介ー

富田 栄子先生 選

マフラーの少し派手目に娘に会いぬ
足裏に落葉貼りつく太極拳
クリスマス最終バスの赤い色
銃弾の痕も薬味か牡丹鍋
バス停はゆるき坂道木の実降る

村上 上林 片野 村越 西澤
民恵 賢一 美智子 浩子 初江





ほっこりカフェ

日時 2月13日(木)
午前11時～午後3時
場所 2階 談話室
内容 コーヒー・紅茶・抹茶
お菓子付で100円



(飲み物のおかわりは+50円)
※しばらくの間、アイスの提供は
お休みします。
正午～午後1時は、持込みの飲食もOKです。

健康や介護に関する
相談コーナーも開設

アンケート調査へのご協力 ありがとうございました♪

皆さまのご意見をお聞きするためのアンケート調査は、今回も約180名もの皆さまから、利用内容等の状況や建物、設備面の改善、事業へのご要望などをいただきました。

この貴重なご意見はすべて大阪市に報告するとともに、センターが改善できることは、順次取り組んでまいりたいと考えています。ご協力いただきまして、ありがとうございました。

東淀川区老人クラブ連合会だより

2/10(月) 常任委員会

「おたのしみ会」を開催します！

日時 3月 7日(土)
午前10時40分 開演
場所 東淀川区民ホール(区役所3階)

カラオケ、民謡、フラダンスなど老人クラブと地域団体による演芸発表会です。

おたのしみ抽選会もあります！

入場無料



2月のれっつ! おどりざんまいディ

日時 2月14日(金) 午後1時～4時
28日(金) 午後1時～4時
場所 4階 大集会室

途中からの参加も退室もOK!
自由参加

卓球開放日 2月の「れっつ!ピンポンディ」

2月 1日(土) 午前10時～午後4時
2月 3日(月) 午前10時～ 正午
2月 8日(土) 午後 1時～午後4時
2月15日(土) 午前10時～午後4時
2月17日(月) 午前10時～ 正午
2月22日(土) 午後 1時～午後4時
2月29日(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。

インフルエンザを 予防しよう!

インフルエンザは12月～3月頃に流行します。対策はマスクをして!こまめな手洗いが基本です。



3月の行事予定

3月 3日(火)
お出かけ隊
3月 4日(水)
すこやかマッサージ&ダンス
3月19日(木)
いきいき健康体操(東淀川区民ホール)
3月24日(火)
お笑い落語

