

無料



コーラス体験講座



歌うことの楽しさと詩の持つ情感をみんなで感じとってみませんか？
歌うことが好きな方、コーラスに興味がある方参加してみませんか！

日時 5月22日(水)午後1時～2時

講師 西野 美幸氏 (大阪市生涯学習インストラクター)

定員 15名

申込 4月11日(木)午前11時～4月18日(木)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



無料

食育セミナー「チョコレートの世界へようこそ」

チョコレートの原材料となる「カカオ」の生産やチョコレートの製造、歴史、カカオ農家への支援など、
知られざるチョコレートの世界をご紹介します。チョコレート好きな方！ご参加お待ちしております！

日時 5月29日(水)午後1時30分～2時30分

講師 株式会社 明治 関西支社 食育担当

定員 25名(先着順)

申込 4月25日(木)午前11時～本人が電話または窓口へ



無料

大正琴体験会



先月に引き続き大正琴体験会をおこないます。前回機会を逃した方、興味はあるけど躊躇した方などご参加お待ちしております。

日時 5月9日(木)午後1時30分～3時

講師 猪原 真知子氏 (瓦版や大正琴サークル)

定員 10名

申込 4月16日(火)午前11時

～4月23日(火)午後4時までの間、
本人が電話または窓口へ★

※大正琴を持っている方はお持ちください。お持ちでない方は講師の大正琴を順番に弾く体験をしていただきます。

無料

顔ヨガ・目ヨガ・らくらくヨガ(全4回)

顔ヨガ・目ヨガは「美顔健康長寿法」とも言われ、顔の表情筋や目の筋力のストレッチをすることで、脳に刺激が加わり免疫力の強化・認知症の防止にもつながります。

日時 5月25日(土)・6月22日(土)・
7月13日(土)・8月24日(土)
午後1時30分～2時30分

講師 塩川 江利子氏
(顔ヨガ・目ヨガ・シニアヨガ講師)

定員 10名

申込 4月17日(水)午前11時～4月24日(水)
午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



無料

スマホ初心者サポート会



最近スマホを購入した方やスマホ初心者の方で電話のかけ方、
文字入力の練習やスマホの基本的な操作など初歩的なことをス
マホサポーターの方々と一緒に勉強しませんか？

日時 4月24日(水)午後1時30分～2時30分

定員 7名程度

参加費 無料

対象 市内在住の60歳以上の方で、
最近スマホを購入された方、スマホの初心者の方
持ち物 スマホ(かんたんスマホ含む)、筆記用具 ※ス
マホは十分に充電してお持ちください。

申込 4月2日(火)午前11時

～4月9日(火)午後4時の間、窓口のみの受付★
※電話では受付できませんのでご了承ください



手づくり講習会

「雨の日もうれしい季節の顔づくり」

好評の手づくり講習会です。
フェルトをつかって梅雨の季節にちなんだ貼り絵をつくいま
す。最後は顔に入れて飾れるようにします。

日時 5月22日(水) 午前10時30分～12時

講師 池谷 初美氏

定員 10名

参加費 550円(材料費)

※当選された方は受講手続きをおこなっていただきます

持ち物 はさみ、木工用ボンド、
(手を拭くための) タオル、(あれば) 黒マジック

申込 4月17日(水)午前11時

～4月24日(水)午後4時の間、
本人が電話または窓口へ★



無料

4・5・6月生まれのお誕生会



日時 6月28日(金)午後1時30分～2時30分(予定)

《第1部》お誕生会 午後1時30分～1時55分(※写真撮影は1時20分頃からおこないます♪)

☆写真撮影・手作りネームシールの贈呈・脳トレクイズ

※写真撮影では大きさなどの細かいご要望はお受けできません。ご了承下さい。

《第2部》**風のチャイムさんのハンドベル・トーンチャイム演奏会** 午後2時～2時30分

定員 32名(先着順)

申込 5月15日(水)午前11時～本人が電話または窓口へ

※第2部のみ該当月生まれの方以外でもお申込みできますが、写真撮影やネームシールなどの贈呈はありません。



◇ご利用には老人福祉センターの利用証が必要です。
お持ちでない方は、作成いたしますので窓口へ申し出て下さい

4月利用証更新のお願い

4月より令和6年度の利用証の更新が始まります。センターを利用される方全員が対象となります。現在お持ちの利用証をセンター窓口へご提出ください。更新手続きさせていただきます。※利用証のカードケースに貴重品を入れないでください。
※住所・電話番号・緊急連絡先等、登録内容に変更がありましたら、お知らせください。
老人福祉センターを利用される際は『利用証』が必要です。来館時には必ずご提示をお願いします。



スマホボランティア養成講座 (全4回)



ある程度はスマホを使いこなしているけど、もっとスマホのことを学んでその知識を他の方に教えてあげたいとお思い方！一緒に学んでスマホボランティアサポーターの仲間と活躍しませんか？みなさまのお申込みお待ちしております。

講座日程 5月15日(水)・6月19日(水)・7月17日(水)・8月21日(水)
午前10時30分～12時

講座内容 スマホボランティアの心得、スマホの基本、検索スキル、アプリと通信のしくみ、セキュリティ、LINEのサポート時のポイントと便利機能

講師 吉田 恵子氏 (パソコンボランティア Wing)

定員 10名

対象 (市内在住の60歳以上の方) 日頃からスマホを使い、スマホの文字入力ができ、スマホボランティアに興味があり全4回とも出席できる方

参加費 300円 (テキスト、資料代) ※参加費は初回の講座時にお支払いいただきます

申込 4月11日(木)午前11時～4月18日(木)午後4時の間、
本人が電話、窓口もしくは右記の二次元コード (QRコード) よりお申込みください★



無料



講習会 音楽療法



歌をうたったり、音楽にあわせて身体を動かしたり、盛りだくさんな内容で楽しく老化予防と心のリフレッシュをはかります♪

日時 5月30日(木)午後1時30分～2時30分

講師 岩井 純子氏 (アップルツリー)

定員 26名

申込 4月17日(水)午前11時～4月24日(水)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★

無料

リズムダンス ワンデーレッスン

ダンスが好きな方、音楽にあわせてからだを動かしたい方など、楽しく踊っちゃいましょう！
好評のため追加でおこないますのでご参加ください。

日時 4月16日(火)午後2時～3時

講師 足立 和歌子氏 (スポーツトレーナー)

定員 22名

持ち物 上履き (スリッパは不可) フェイスタオルもしくはスポーツタオル、水分補給の為の飲み物

申込 4月2日(火)午前11時～4月8日(火)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



★定員を超えた講座は受付期間終了後、抽選の上、

講座にご参加いただける方のみお電話にてご連絡いたします。