

住之江区老人福祉センターだより 10月号

HALLOWEEN

10月

◇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にお申し出下さい

令和7年度 住之江区老人福祉センター サークル発表会

日時 10月31日(金)午後1時～3時(開場受付12時30分～)

場所 すみのえ舞昆ホール

●各サークル会員の方々が日頃の練習の成果を披露します。皆様のお越しをお待ちしております●

謡曲・民謡A/B・健康体操A/B・ウクレレ・コーラス カメラアス・フラレアシア

スペシャル パフォーマンス ◆民謡A・B「下北小唄」(大阪市高齢者福祉大会・朝日民謡大会)◆

筆ペン講習会 (全4回)

来年の年始の挨拶(年賀状)を手書きで送ってみませんか 印刷とは違う温かみのある年賀状の書き方を練習します
ペン苦手だわぁ～という方もぜひ4回の講座で習得して、手書き年賀状にチャレンジしてみませんか!

日時 11月6日(木)・27日(木)・12月9日(火)・18日(木) 午後1時30分～3時

講師 相田 美代子(夢寿)氏

定員 10名

参加費 380円(筆ペン代、資料代) ※当選された方は受講手続き(事前に参加費をお持ちいただきます)をお願いします

持ち物 半紙、(書道用の)下敷き、文鎮 ※初回から必要となりますので、必ずお持ちください

申込 10月7日(火)午前11時～10月15日(水)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★

参加無料

FREE DAM オンラインコンサート2025年秋 美川憲一さん、大江裕さんによるスペシャル歌謡ショー!

開催日 10月28日(火) 午後2時～3時

参加者全員でうたうコーナー!(美川憲一さん、大江裕さんと一緒に歌って盛り上がりましょう!)美川憲一さん、大江裕さん
とのトークコーナー(チャットを送って盛り上がりましょう)他紙芝居や体操など2つの楽しいコーナーがあります。

※出演者ご本人は来館しません。オンラインコンサートです

定員 20名(先着順)

申込 10月7日(火)午前11時～ 本人が電話または窓口へ

「折り紙大好き!」10月・11月(講師:立花豊美子さん)

折り紙が好きなら、一緒に楽しく折り紙をしませんか!老センで1回、折り紙のミニ講座をおこなっています。
10月はとんとんずもうの「おすもうさん」とかわいいうさぎです。11月のテーマはクリスマスです。
(見本はセンター窓口に飾ってありますので、ご覧ください!)

10月「おすもうさんとうさぎさん」

日時 10月20日(月)午後1時30分～3時

定員 10名(先着順)

参加費 60円(材料費等)※参加費は当日お支払いください

申込 10月3日(金)午前11時～本人が電話または窓口へ

11月「サンタクロース・サンタさんのフーツ・クリスマスツリー」

日時 11月17日(月)午後1時30分～3時

定員 10名(先着順)

参加費 60円(材料費)※参加費は当日お支払いください

申込 10月15日(水)午前11時～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。

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思いの
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 11月19日(水)・12月17日(水)・2月18日(水)・3月18日(水)

午前10時30分～正午

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
※養成講座のほかに「スマホサポーター勉強会」にも出席していただきます※
勉強会日程 1/21(水)午前10時30分～正午

講師 吉田 恵子氏(パソコンボランティアWing)
定員 10名(先着順)
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 10月9日(木)午前11時～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

健康太極拳体験講座

健康太極拳とは太極拳の呼吸と動作と意識を合わせて、穏やかな動きの中に日々のストレスを取り除きます 足腰を
鍛えて転倒予防、認知症予防にも効果があると言われていす どなたでもご参加いただける健康太極拳を体験して
みませんか! (前回ご参加された方もお申込みいただけます)

日時 10月30日(木) 午後1時30分～3時

講師 町田 清子氏(大阪市生涯学習インストラクター)

定員 20名

申込 10月2日(木)午前11時～10月9日(木)午後4時までの間、電話または窓口へ★

無料

リラックスヨガ(全4回)

日時 10月22日(水)・11月5日(水)・26日(水)・12月10日(水) 午後1時30分～2時30分

講師 浅居 千里氏(生涯学習インストラクター)

定員 24名

持ち物 ヨガマットもしくはバスタオル※お貸しできるバスタオル等はありませんので、必ずいすれかをお持ちください。

申込 10月4日(土)午前11時～10月11日(土)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

日時 11月12日(水)午後1時30分～2時30分

定員 6名程度(先着順)

対象 市内在住の60歳以上の方で、
スマホ初心者の方、スマホのことでお困りの方
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 10月15日(水)午前11時～
本人が電話または窓口へ

無料

令和7年度 おはなしデュオ「くみどり」の 世代間交流企画 だんごおはなしライブ♪

すてきな歌のハーモニーや演奏とともに、絵本やおは
なしの世界を楽しみましょう!

日時 11月15日(土) 午後2時～2時45分

出演 おはなしデュオ「くみどり」

定員 30名(先着順)

申込 10月15日(水)午前11時～

本人が電話または窓口へ
※大阪市内在住の方ならどなたでもご参加できます
共催/大阪市立住之江図書館

無料

10・11・12月生まれのお誕生会

第2部は「瓦版やアンサンブル」の演奏でお楽しみください。第2部の演奏会はお誕生月でない方もお申込みいただけますので、ご参加ください

日時 11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50分(※写真撮影は午後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

※写真撮影では大きなお道具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》瓦版やアンサンブルさんによる 大正琴、オカリナ、マラカスアンサンブル演奏会
午後1時55分～2時30分(予定)

定員 35名(先着順)※定員に達しましたら締切させていただきます

申込 11月5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。