

◎利用される方へ
★市内在住 満60歳以上の方★利用時間 午前10時から午後5時まで
★利用される方は、利用証の発行が必要ですので、住所・年齢の確認できる保険証・免許証をご持参ください。
直ちに発行させていただきます。（ 居住区の老人福祉センターへ申し出てください ）



10月	午 前			午 後		
	大広間	娯楽室	多目的室/その他	大広間	娯楽室	多目的室/その他
1 水	健康体操B	卓球		よねちゃんのズンバゴールド	卓球開放	みんなで歌う♪ 楽しいジャズ講座
2 木	民踊B			民踊A	囲碁・将棋開放	
3 金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	サークル発表会 事前打ち合わせ
4 土	囲碁	卓球		スマホ活用講座	囲碁・将棋開放	
5 日	休館日					
6 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁・将棋開放	
7 火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	『紙芝居てんこもり♪』 ～アクビス「おはなしのへや」～	囲碁・将棋開放	編物2
8 水	書を楽しむ会	卓球		男性の体操教室	卓球開放	スマホ初心者 サポート会
9 木	囲碁		イレブンスマイル ミーティング	ピラティス講座 14:00～15:00	囲碁・将棋開放	楽しいハンドメイド 13:00～15:00
10 金	百歳体操③ 百歳体操④	絵画教室	茶道	ポッチャ開放	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
11 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
12 日	休館日					
13 月	休館日					
14 火	百歳体操③ 百歳体操④		謡曲	フラ レアレア	囲碁・将棋開放	
15 水	健康体操B	卓球	スマホサポーター 勉強会	俳句	卓球開放	
16 木	民踊B			民踊A	囲碁・将棋開放	囲碁講習会
17 金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	イレブンスマイル喫茶 13:30～15:30
18 土	囲碁	卓球		カラオケ開放	囲碁・将棋開放	
19 日	休館日					
20 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁・将棋開放	折り紙大好き!
21 火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	みんなで楽しくリズムダンス 14:00～15:00	囲碁・将棋開放	編物2
22 水	書を楽しむ会	卓球		リラックスヨガ	卓球開放	みんなで歌う♪ 楽しいジャズ講座
23 木	囲碁			ピラティス講座 14:00～15:00	囲碁・将棋開放	囲碁講習会
24 金	百歳体操③ 百歳体操④	絵画教室	茶道	かんたんピクスと やさしい体操	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
25 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	イレブンスマイル喫茶 13:30～15:30
26 日	休館日					
27 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2	囲碁・将棋開放	
28 火	百歳体操③ 百歳体操④		謡曲	フラ レアレア	囲碁・将棋開放	FREE DAM オンラインコンサート
29 水	百歳体操③ 百歳体操④	卓球		男性の体操教室	卓球開放	
30 木	モルック開放			健康太極拳体験講座	囲碁・将棋開放	囲碁講習会
31 金	百歳体操① 百歳体操②	午後1時～3時	サークル発表会inすみのえ舞昆ホール	囲碁・将棋開放		

住之江区老人福祉センター 事業報告1

老センの夏の恒例行事♪盆踊り大会を開催しました

センターの夏の恒例行事、盆踊り大会を開催しました。万博のテーマソングを含む全10曲を総勢50人以上で楽しく踊りました。民踊A・Bサークルのみなさん、講師の佐藤慎子先生ご協力ありがとうございました。



住之江区老人福祉センター 事業報告2

7・8・9月生まれの誕生会に「みんなでウクレレ歌おう会」のみなさんに来ていただきました！

9月3日(水)に7・8・9月生まれの方のお誕生日会を開催しました。
第2部では「みんなでウクレレ歌おう会」のみなさんに素敵なウクレレの演奏を披露していただきましたよ♪
「みんなでウクレレ歌おう会」のみなさん素敵なパフォーマンスありがとうございました。



無料 10・11月のカラオケ開放情報

日 付：10月18日(土)	日 付：11月29日(土)
お昼の12時30分～2時30分	お昼の12時30分～2時30分
定 員：18名(先着順)	定 員：18名(先着順)
申 込：受付中	申 込：10月18日(土)正午～

※12時30分から始める予定ですが、参加人数が多い場合は来られた方から随時歌い始めていただくこともあります。

10月のイレブンスマイルの喫茶情報

日 時 10月17日(金)・25日(土)
午後1時30分～3時30分

場 所 住之江区老人福祉センター多目的室

※喫茶はお菓子付きで50円(有料)になります。

10月のポッチャ・モルック

開放情報

ポッチャ開放

モルック開放

日 時 10月10日(金)	日 時 10月30日(木)
午後1時30分～3時	午前10時30分～12時

※両日とも定員なし・申込不要
・参加無料です

俳句サークルからの推薦

きょうだい 姉弟もいつしか疎遠 雲	あさぎ 秋鯖や若狭の海の浅葱色	黄コスモス大和三山東ねたる	野良猫と我と下町月明り	色変へぬ松老いぬれどまだをとこ	カーナビの指示は旧道 鰯雲
市川 いち会	橋本 恵子	天羽 旬美子	保田 富江	余田 明夫	狩野 紀子