

◇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て下さい

令和7年度住之江区老人福祉センター杯

参加無料

囲碁大会

入賞者の方には
表彰状と賞品を用意
しております♪

1回戦は大会当日抽選で組み合わせを決定し、2回戦以降は勝者、敗者に分かれてリーグ戦をおこないます。

※詳細は大会実施要項をご確認ください 2年ぶりの囲碁大会です。ぜひぜひご参加ください！

開催日時 **9月26日(金) 午前10時～午後4時**

対象者 アマチュアで市内在住の60歳以上の方
定員 24名(先着順) ※有段者の部8名、1～3級の部8名、4級以下の部8名
申込 8月27日(水)午前11時～9月11日(木)午後4時の間、老人福祉センター窓口にて受付
※電話でのお申込みはできませんのでご注意ください

●参加人数が少ない場合は、大会を中止する場合があります●
その際には既にお申込みいただいている方へご連絡いたしますのでご了承ください。

2025 住之江区老人福祉センター

参加
無料

盆踊り大会

毎年恒例の盆踊りをおこないます♪盆踊りに参加して暑い夏を乗り切りましょう！
申込不要です 利用証をお持ちの方ならどなたでもご参加いただけます(途中参加もOKです)

日時 **8月29日(金) 午後1時30分～3時** 場所 **住之江区老人福祉センター 大広間**

協力：民踊A・Bサークル(講師：佐藤 横子氏)

美味しい珈琲の淹れ方セミナー (お菓子付)

珈琲の淹れ方の実演・体験をおこないます
ご自分で淹れた珈琲とお菓子のマリアージュを楽しみませんか 男性の方のご参加も大歓迎です！！

日時 9月10日(水) 午後1時30分～3時
講師 高瀬 修一氏(コーヒーマイスター)
定員 20名(先着順)
参加費 500円(お菓子付) ※電話でのお申込みの方は9月5日(金)までに参加費をお納めください
申込 8月7日(木)午前11時～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、初心者ではないけどスマホは電話を掛ける以外で使っていないので、ほかにどんな機能があるか知りたいなど初歩的なことお困りのことなどをスマホサポーターの方々と一緒に勉強してみませんか～

日時 9月10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、最近スマホを購入された方、スマホ初心者の方
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 8月20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。

参加
無料

モルックしようヨ!大会

老センでモルックをはじめて間もないですが、いきなりモルックの(小さな)大会をおこないます ぜひご参加ください
みんなで盛り上げていく大会です 参加者の方に審判などもおこなってまいりますのでよろしくお願いたします。

開催日時 **8月28日(木) 午後1時30分～(受付:午後1時～)**

※原則は公式のルールに従っておこないますが若干老セン独自のルールでおこないます そのところを踏まえてご参加ください※
定員 16名(先着順)
内容 「モルックしようヨ!大会」男女混合4名1チーム リーグ戦方式団体戦
申込 8月6日(水)午前11時～本人が電話または窓口へ
※お友達同士でお申込みされても同じチームになるには限りません。
また、どの方とチームになるかはセンターで抽選で決めさせていただきます。あわせてご了承ください。

入賞者の方には
表彰と賞品を用意
しております♪

無料 みんなで楽しくリズムダンス(全4回)

日時 9月16日(火)・30日(火)※8/19(火)より変更
10月21日(火)・11月18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 26名
持ち物 上履き(スリッパ不可) フェイスタオル
もしくはスポーツタオル
申込 8月20日(水)午前11時～8月27日(水)
午後4時の間、本人が電話または窓口へ★

無料 ピラティス講座(全4回)

日時 9月11日(木)・25日(木)・
10月9日(木)・23日(木) 午後2時～3時
講師 小林 浩子氏
(BESJ公認ピラティスインストラクター)
定員 18名
持ち物 ヨガマットもしくは大きめのバスタオル
申込 8月8日(金)午前11時～8月18日(月)
午後4時の間、本人が電話または窓口へ★

無料 みんなで歌う♪楽しいジャズ体験講座

日時 9月24日(水) 午後1時30分～3時
講師 金子 七央見氏
(大阪市生涯学習インストラクター)
定員 14名
持ち物 筆記用具
申込 8月8日(金)午前11時～8月18日(月)
午後4時までの間、本人が電話または窓口へ★

折り紙大好き!「マクマクを折ってみよう」

日時 8月25日(月)午後1時30分～3時
講師 立花 豊美子氏
定員 10名(先着順)
参加費 80円(材料費など)
※参加費は当日お支払いください
申込 8月5日(火)午前11時～
本人が電話または窓口へ

楽しいハンドメイド 8月・9月～10月(講師:池谷初美氏)

8月「海のタペストリー」

日時 8月20日(水)午後1時30分～3時
定員 10名(先着順)
参加費 550円(材料費) ※電話で申込された方は受講日の2日前までに参加費をお納めください。
持ち物 (布が切れる) はさみ、木工用ボンド(スティックのり不可)、ぬれタオル、(あれば)黒マジック
申込 7月29日(火)午前11時～本人が電話または窓口へ

9月・10月「紙ねんどでつくるお地藏さん」(全2回)

日時 9月11日(木)・10月9日(木)午後1時～3時(全2回) ※2回で作品を仕上げます
定員 10名(先着順)
参加費 550円(材料費) ※電話で申込された方は9月5日までに参加費をセンターまでお納めください
持ち物 (工作用) はさみ、ぬれタオル、筆洗い、木工用ボンド(スティックのり不可)、発泡スチロールトレイ(絵具用パレット)
申込 8月20日(水)午前11時～本人が電話または窓口へ

無料

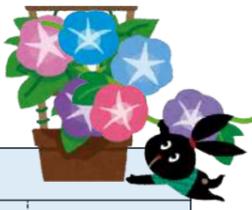
7・8・9月生まれのお誕生会

7・8・9月生まれの方の誕生会をおこないます。該当月の方はお申込みください。第2部は「みんなでウクレレ歌おう会」の演奏でお楽しみください。第2部は誕生月でない方もお申込みいただけますので、みなさんご参加ください。

日時 9月3日(水)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
※写真撮影では大きさなどの細かいご要望はお受けできません。ご了承ください。
《第2部》みんなでウクレレ歌おう会♪さんのウクレレ演奏会
午後2時～2時30分 ※第一部の状況によりはじまる時間が早まる場合があります ご了承ください※
定員 35名(先着順)
申込 8月6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。

8月

◎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下さい)



8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 金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	
2 土	囲碁	卓球		カラオケ開放 12:30~14:30	よねちゃんの ズンパゴールド 15:00~16:00	囲碁・将棋開放 人形劇フェスタ
3 日	休館日					
4 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁・将棋開放	
5 火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	家でもできる 簡単ストレッチ体操	囲碁・将棋開放	編物2
6 水	健康体操B	卓球		リラックスヨガ	卓球開放	男性の体操教室
7 木	民謡B		イレブンスマイル ミーティング	民謡A	囲碁・将棋開放	
8 金	百歳体操③ 百歳体操④		茶道	カラオケ2	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
9 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
10 日	休館日					
11 月	休館日					
12 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	
13 水		卓球			卓球開放	
14 木					囲碁・将棋開放	
15 金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	
16 土	囲碁	卓球		モルック開放	囲碁・将棋開放	
17 日	休館日					
18 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁・将棋開放	
19 火	百歳体操① 百歳体操②			家でもできる 簡単ストレッチ体操	囲碁・将棋開放	
20 水	健康体操B	卓球	スマホボランティア 養成講座	俳句	卓球開放	楽しいハンドメイド 「海のタペストリー」
21 木	民謡B			民謡A	囲碁・将棋開放	
22 金	百歳体操③ 百歳体操④		茶道	健康太極拳体験講座	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
23 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
24 日	休館日					
25 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2	囲碁・将棋開放	折り紙大好き!
26 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	
27 水	百歳体操① 百歳体操②	卓球		リラックスヨガ	卓球開放	男性の体操教室
28 木	囲碁			モルック大会	囲碁・将棋開放	
29 金	ポッチャ開放			盆踊り大会	囲碁・将棋開放	
30 土	囲碁	卓球		スマホ活用講座	囲碁・将棋開放	
31 日	休館日					

大阪市立 住之江区老人福祉センター 電話：06-6683-2888 FAX：06-6683-2739
 【指定管理者：社会福祉法人 大阪市住之江区社会福祉協議会】
 所在地：〒559-0015 大阪市住之江区南加賀屋3-1-20 (住之江図書館と同じ建物の1階です)
 ホームページをご覧いただくには、住之江区社協のホームページ (<http://www.saza73.jp>) から、
 右上にある「老人福祉センター」のボタンをクリックしてください。サークルの情報や月間スケジュール、イベント情報などを掲載しています。

住之江区老人福祉センター 事業報告

6月20日(金)テンコもりフェスタinポートタウン西ビルを開催しました

6月20日(金)「テンコもりフェスタinポートタウン西ビル」を開催しました。午前は南港病院さんによる公開講座、午後は3組の出演者による音楽フェスをを行いました。イレブンスマイルさんのコーヒーの無料提供もあり、会場は大盛況で、午前午後合わせて100人以上の方に来場していただきました。



住之江区老人福祉センター 事業報告

相田先生による直々の指導が人気のレクリエーション舞踊のご紹介です♪



レクリエーション舞踊は「小蝶の会」の会主である、相田美代子先生の歌謡舞踊の講座です。今回は氷川きよしさんの「古城」という曲にのせて踊りを習いました。先生直々の踊りの手ほどきを受けて最後はみなさん上手に踊られていましたよ。

「書を楽しむ会」サークルからの推薦作品

今月は「書を楽しむ会」サークルさんの作品を掲載します。いつも遊び心のある作品づくりをされている大変人気のサークルさんです。ぜひご鑑賞ください♪



8月のポッチャ開放情報

日時 8月29日(金)
 午前10時30分～正午
 ※両日とも定員なし・申込不要・参加無料です

8月のモルック開放情報

日時 8月16日(土)
 午後1時30分～3時
 ※両日とも定員なし・申込不要・参加無料です

無料 8・9月のカラオケ開放情報

日付：8月2日(土) お昼の12時30分～2時30分 定員：18名(先着順) 申込：受付中
 日付：9月20日(土) お昼の12時30分～2時30分 定員：18名(先着順) 申込：8月2日(土)正午～来館もしくは電話にて
 ※12時30分頃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はじめていただくこともあります ご了承ください

8月のイレブンスマイル喫茶情報 8月はカフェをお休みします

次回カフェ開催は9月を予定しております。最新情報は次回センターだよりでお確かめください。