

# 5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ください )



5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 木	民踊B			民踊A	囲碁・将棋開放	ゼンタングルアートで描く ジュートマイバッグ
2 金	コーラス カメリアズ			書道1	囲碁・将棋開放	
3 土	休館日					
4 日	休館日					
5 月	休館日					
6 火	休館日					
7 水	健康体操B	卓球		リラックスヨガ	卓球開放	囲碁サークル 南港交流会
8 木	囲碁		イレブンスマイル ミーティング	かんたんピクスと やさしい体操	囲碁・将棋開放	
9 金	百歳体操③ 百歳体操④		茶道	ウィークデーアンサンブル 春の演奏会	囲碁・将棋開放	うきうき絵画
10 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
11 日	休館日					
12 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2	囲碁・将棋開放	
13 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	
14 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
15 木	民踊B			民踊A	囲碁・将棋開放	奏筆夢元教室
16 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
17 土	囲碁	卓球		スマホ活用講座	囲碁・将棋開放	
18 日	休館日					
19 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁・将棋開放	
20 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
21 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	男性の体操教室
22 木	囲碁			ピラティス体験講座 14:00~15:00	囲碁・将棋開放	楽しいハンドメイド 「カエルのタペストリー」
23 金	百歳体操③ 百歳体操④		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
24 土	囲碁	卓球		カラオケ3	囲碁・将棋開放	
25 日	休館日					
26 月	百歳体操① 百歳体操②	卓球		カラオケ2	囲碁・将棋開放	
27 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	
28 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♪ 楽しいジャズ体験会
29 木				モルック開放	囲碁・将棋開放	
30 金	ポッチャ開放			4・5・6月生まれの お誕生会	囲碁・将棋開放	
31 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

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。

住之江区社協

検索



## 住之江区老人福祉センター 事業報告

### 筋力アップして若返り力アップ！今話題のピラティス体験講座の報告です

今話題のピラティスの体験講座を開催しました。ピラティスは空気を抜いたボールを使い、ゆっくりとした動作で筋力アップをおこないます。動きが激しくないの  
 で身体に不安がある方も受講できますよ。ピラティス講座は6月からは全4回で開講します。気になる方はぜひ  
 申込ください。



## 住之江区老人福祉センター 事業報告

### 大好評イレブンスマイル喫茶のご紹介です

イレブンスマイル喫茶では1杯50円で美味しいコーヒーとお菓子が楽しめます。当日は喫茶開催日を心待ちにしている  
 多くの方で老センがにぎわいます。6月に開催する珈琲の淹れ方とボランティア体験にご興味のある方は、イレブンス  
 マイル喫茶に遊びに来ていただき楽しい雰囲気を感じてください♪



## 5月のイレブンスマイル喫茶情報

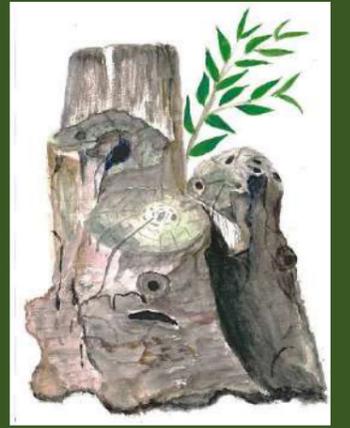
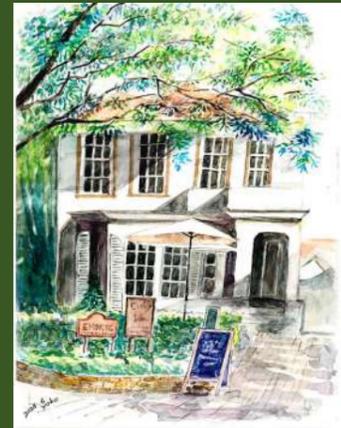
日時 5月16日(金)・31日(土) 午後1時30分～3時30分

場所 住之江区老人福祉センター多目的室 ※カフェはお菓子付きで50円(有料)になります。



## 「うきうき絵画」サークル からの推薦作品

今月は「うきうき絵画」サークルさんの作品  
 を掲載します。  
 吉村先生指導のもと、サークル会員さん  
 それぞれの個性を活かした、のびのびとし  
 た作品作りをされている素敵なサークルさ  
 んです。ぜひご鑑賞ください。



## 5・6月ポッチャ情報

### 5月のポッチャ開放デー

日時 5月30日(金) 午前10時30分～正午

### 6月のポッチャ開放デー

日時 6月30日(月) 午後1時30分～3時

※定員なし・申込不要・参加無料です

## 無料 5・6月のカラオケ開放情報

日付：5月31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：6月7日(土) お昼の12時30分～2時30分  
 定員：18名(先着順)  
 申込：5月31日(土) 正午～

※当分の間、カラオケ開放は不定期に月1回、  
 事前申込でおこなう予定です。