

おひなさまのタペストリー

日時 2月19日(木) 13:30~15:00

講師 池谷 初美氏

定員 12名(先着順)

参加費 600円(材料費)

★参加費は2月7日(土)までにセンターまでお持ちください

持ち物 (布が切れる) はさみ、木工用ボンド(スティックのりは不可)、ぬれタオル
(あれば) 黒マジック

申込 1月20日(火)11:00~本人が電話または窓口へ

見本はセンター窓口
に飾っています♪



無料

ピラティス講座(全4回)

日時 2月12日(木)、26日(木)、3月12日(木)、26日(木)

14:00~15:00 ※4回とも出席できる方

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 1月14日(水)11:00~1月21日(水)16:00

本人が電話または窓口へ



1月のイレブンスマイル喫茶

日時 1月17日(土)・30日(金)
13:30~15:30

場所 住之江区老人福祉センター
多目的室

※ホットコーヒーまたは、ホットティーは
お菓子付きで50円です



講習会終了後の休憩や交流の場
などにご活用ください♪
皆さまのお越しをお待ちしております

折り紙大好き! おひなさまと椿

日時 2月16日(月)

13:30~15:00

講師 立花 豊美子氏

定員 13名(先着順)

参加費 120円(材料費等)

★参加費は当日お支払いください

申込 1月14日(水) 11:00~
本人が電話または窓口へ

見本はセンター窓口
に飾っています♪



住之江区老人福祉センターだより

◇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、作成しますので窓口へ申し出てください。

アロマオイル作りとタッチケア体験

日時 2月3日(火) 13:30~15:00

講師 南野 美恵子氏

(社会医療法人三宝会 南港病院アロマセラピスト)

定員 24名(先着順)

参加費 600円(材料費等) ※参加費は当日お支払いください

申込 1月9日(金)11:00~本人が電話または窓口へ

オリジナルアロマオイルを
つくっていただきます。
ふたり一組になりお互いの手を
タッチケアしていただく体験を
していただきます



AIとのおしゃべり入門 (はじめての生成AI活用術) ~スマホ活用講座2・3月(全2回)~

日時 2月21日(土)、3月21日(土)13:30~15:00 2回とも出席できる方

講師 吉田 恵子氏、磯崎 文氏 (パソコンボランティア Wing)

定員 15名◆

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ください

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 1月14日(水)11:00~1月21日(水)16:00 本人が電話または窓口へ

★受講終了後にスマホボランティアによる個別相談会を実施いたします。但し、すべ
ての質問にお答えできるとは限りませんのでご了承ください。



無料

1・2・3月生まれのお誕生会

第2部はつる丸亭一座さんの落語会・新舞踊・歌・体操をお楽しみいただけます。第2部は誕生日
でない方もお申込みできます。ぜひご参加ください。

日時 3月13日(金)13:30~14:50 (予定) ★写真撮影は13:15頃から行います

《第1部》お誕生会 13:30~13:45

写真撮影・手作りネームシールの贈呈・脳トレクイズ

《第2部》つる丸亭一座さんの落語会・新舞踊・歌・体操

定員 35名(先着順)

申込 2月17日(火) 11:00~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。



◆印:定員を超えた講座は受付期間終了後抽選の上、講座に参加いただける方のみお電話でご連絡いたします。

1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)

1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	年末年始休み 12月29日～1月3日					
2 金						
3 土						
4 日	休館日					
5 月	健康体操A	卓球	ウクレレ	カラオケ1	囲碁将棋開放	
6 火	百歳体操① 百歳体操②		編物1	カラオケ2	囲碁将棋開放	編物2
7 水	健康体操B	卓球		リフレッシュ体操教室	卓球開放	
8 木	囲碁		イレブンスマイル ミーティング	ピラティス講座	囲碁将棋開放	
9 金	百歳体操③ 百歳体操④		茶道	健康太極拳講座	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	休館日					
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	民謡B			民謡A	囲碁将棋開放	
16 金	コーラスカメラアズ			書道1	囲碁将棋開放	
17 土	囲碁	卓球		カラオケ開放 12:30～	よねちゃんの ズンパゴールド 15:00～16:00	イレブンスマイル喫茶 13:30～15:30
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	折り紙大好き！
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	スマホサポーター 勉強会	俳句	卓球開放	みんなで歌う♪ 楽しいジャズ講座
22 木	囲碁			リフレッシュ体操教室	囲碁将棋開放	
23 金	百歳体操③ 百歳体操④	絵画教室	茶道	健康太極拳講座	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		よねちゃんのズンパゴールド 13:30～14:30	卓球開放	みんなで歌う♪ 楽しいジャズ講座
29 木	百歳体操① 百歳体操②			ピラティス講座	囲碁将棋開放	
30 金	コーラスカメラアズ			体力測定会	囲碁将棋開放	イレブンスマイル喫茶 13:30～15:30
31 土	囲碁	卓球		スマホ活用講座	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階です)
 インターネットでセンターのイベントやサークル情報、月間スケジュールなどをご覧いただくには、
 住之江区老人福祉センター (https://www.saza73.jp/chilki/roufuku/) で検索してください。

住之江区老人福祉センター

検索



住之江区老人福祉センター 事業報告 1

作品展を開催しました！12月12日(金)～15日(月)

今回の作品展は「俳句、うきうき絵画、編物1・2、書道1、書を楽しむ会」の各サークルや利用者様より沢山の作品を出展頂き、ありがとうございました。おかげさまで来所された皆さまよりご好評をいただき盛況な会となりました。



13日(土)はイレブンスマイル喫茶も開催し、折り紙コーナーとネイルコーナーも開設し大にぎわいとなりました。

住之江区老人福祉センター 事業報告 2

大阪街歩き探訪 大阪の陣・真田丸コース 12月4日(木)

お天気に恵まれて大阪の陣ゆかりの真田丸跡地や周辺の三光神社・陸軍墓地・玉造稲荷神社・大阪カテドラル聖マリア大聖堂等の名勝をめぐり90分の散策コースですがQ's モール森ノ宮ベースをラストに戦国時代から現代の大阪の見どころ満載のコースでした。ご参加いただきました皆様お疲れさま&ありがとうございました。



無料!

1月・2月のカラオケ開放情報

日時	1月17日(土) 12:30～14:30	日時	2月7日(土) 12:30～14:30
定員	18名 (先着順)	定員	18名 (先着順)
申込	受付中	申込	1月17日(土)12:00～

※12:30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



うきうき絵画
サークルからの
♪ 推薦作品 ♪

講師の先生のあたかいご指導のもと、和気あいあいと活動されながらも、会員の皆さんは、メキメキと上達されています。