

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。