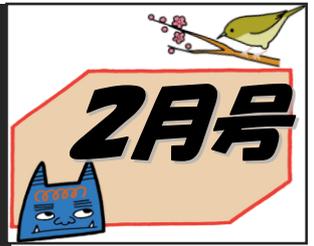


西成区老人福祉センターだより

〒557-0033 西成区梅南 1-4-27 TEL6654-2951 FAX6654-1504



老人福祉センターは、市内在住の60歳以上の方が利用できます。
利用にあたっては、居住区の老人福祉センター発行の利用証が必要です。
住所、氏名、年齢がわかる健康保険証や運転免許証などをお持ちください。

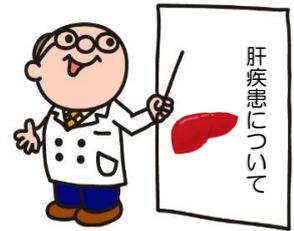
【開館時間】10:00~17:00
【休館日】日曜祝日年末年始
館内は土足厳禁です。
スリッパ等ご持参ください。

高齢者総合相談事業

「医師による健康講座」～^{かんきのうけんさ}肝機能検査のみかたと^{かんしっかん}身近な肝疾患について～

医師会の医師による講座です。わかりやすくお話しをしていただきます。

- ◆日時：2月26日(水) 14:00～
- ◆場所：老人福祉センター大広間
- ◆対象者：市内在住60歳以上の方
- ◆参加費：無料
- ◆申込み：2月12日(水)から来館の上、事務室での受付
- ◆講師：西成区医師会 玉井クリニック 玉井先生



いきいき百歳体操

健康運動指導士長谷川先生の指導があります。

毎週 水曜日・金曜日 ①10:20～ ②11:15～

2月 5日(水) 7日(金)
12日(水) 14日(金)
19日(水) 21日(金)
26日(水) 28日(金)

寒くても
必ずやりますヨ!



見学や、おもり購入を希望される方は、
事務室にお申し込みください。

◆卓球サークル

「卓球ダブルス大会」好評につき第4弾

日時：2月29日(土) 13:00

※参加申込みは世話人(吉本・佐藤)まで

新年度のサークルについて

4月から新年度が始まります。

入会中の会員の方は、2月中に、来年度の『**継続・退会**』の確認をします。

都合でお休みされている方には、お友だちから声をかけてあげましょう。

新規会員募集は**3月2日**から受付をします。

キャリア講座

あなたもお仕事してみませんか。

興味がある方、お話しだけでも聞きに来ませんか。
どしどしお越しください。

日時：3月5日(木) 10:30~12:00

講師：大阪市生活困窮者自立支援事業「はぎサポート」
相談支援員 藤原健次郎氏

申し込み：事務室まで

「西成区老人クラブ大会」

【老人クラブ事業】

★日時：2月19日(水) 13:00~16:30

★場所：西成区民センター 大ホール

★内容：第一部：式典

第二部：表彰式

第三部：サークル発表会

【各校下サークル・区老連サークル】

第四部：お楽しみ抽選会

新しい駐輪場をご利用ください

東側路地を入った建物沿いにあります。

センターの駐輪場は、

「来館時以外のご利用」はご遠慮ください。

防犯カメラ作動中

書サークル《シルバー書道展》に出展しています。
場所：大阪市立美術館(天王寺公園内地下展示会室)
期間：2月5日(水)~10日(月)

年忘れ演芸文化大会報告



副区長
来賓の方々
司会の佐藤さんと金沢さん



辻本さんの開会宣言で
元氣よく始めました



年忘れ競技大会の表彰
入賞された方おめでとうございます。



踊りサークル



恒例の盆踊り



民謡サークル



区老連大正琴サークル



区老連コーラスサーク



吟じました屋敷さん



吟じました屋敷さん



手話サークル



ギターサークル



三味線サークル



富寿先生



舞踊サークル



カラオケ②
田中さん

カラオケ①
川田さん

区老連カラオケ
菊谷さん



カラオケ③
令和音頭を唄って踊りました



“泉屋”さんに懐かしい歌を
タップリ聞かせていただきました。



ゲームコーナー
ボッチャの体験もあり、
大盛況でした。

令和元年12月21日(土)開催

大会運営にあたり、事前準備から運営、後片付けまで、たくさんの方々に協力していただきました。ありがとうございました。
小林 啓さんに頂いたカサブランカは会場を華やかに、大会後は玄関に長く飾らせて頂きました。

インフルエンザ予防 (うつらない、うつさないために)

- 咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをする
- 外出から帰ったら、流水・石鹸による手洗いを
- 適度な湿度の保持 室内湿度は50~60%を保つと効果的です。
- 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- 人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザにかかったら

☆とにかく休養が第一！！ 無理せず、医療機関に受診し、しっかり休養をとりましょう。

着込みすぎに注意！！

体感温度には個人差があります。
館内では、脱ぎ着のできる服装で、
調節してください。特に、体を動か
す方は汗をかいた後、体が冷えない
ようご注意ください。

令和2年 2月行事案内

2020.2

日	曜	午前 午後	大広間	多目的室(奥)	多目的室	講習室	館外	
1	土	午前 午後			1:00~ 卓球サークル			
2	日	午前 午後	休館日					
3	月	午前 午後	英会話サークル② 英会話サークル①			三味線サークル		
4	火	午前 午後	カラオケサークル③	舞踊サークル	12:00~ バンパー大会・男			
5	水	午前 午後	いきいき百歳体操 区老連カラオケ	手話サークル		フラワーアレンジ 区老連大正琴		
6	木	午前 午後	民謡サークル	書サークル		ギタークラブ		
7	金	午前 午後	★いきいき百歳体 踊りサークル	詩吟サークル				
8	土	午前 午後			12:00~ バンパーサークル	14:00~ 世代間交流オセロ大会		
9	日	午前 午後	休館日					
10	月	午前 午後		区老連拡大理事会		ハングルサークル 三味線サークル	㊦区老連役員会	
11	火	午前 午後	休館日 (建国記念日)					
12	水	午前 午後	書道サークル いちょう会	★いきいき百歳体操 区老連大正琴		オセロ大会		
13	木	午前 午後				俳画サークル①		
14	金	午前 午後	いきいき百歳体操 区老連コーラス	スカットボール大会		英会話サークル③		
15	土	午前 午後			11:30~ 卓球サークル男女混合			
16	日	午前 午後	休館日					
17	月	午前 午後	英会話サークル② 英会話サークル①		バンパー大会・女	三味線サークル		
18	火	午前 午後	カラオケサークル③ 区老連カラオケ	舞踊サークル		俳画サークル②		
19	水	午前 午後	いきいき百歳体操	手話サークル	卓球大会・男		区老連(区民センター) 老人クラブ大会	
20	木	午前 午後	民謡サークル	書サークル		ギタークラブ		
21	金	午前 午後	いきいき百歳体操 踊りサークル	詩吟サークル	卓球大会・女			
22	土	午前 午後	11:00~ みんなで歌おう会					
23	日	午前 午後	休館日 (天皇誕生日)					
24	月	午前 午後	休館日 (振替休日)					
25	火	午前 午後	カラオケサークル② カラオケサークル①					
26	水	午前 午後	書道サークル いちょう会・高齢者相談	いきいき百歳体操				
27	木	午前 午後	13:00~ 誕生会			俳句サークル		
28	金	午前 午後	いきいき百歳体操 区老連コーラス	わなげ大会		英会話サークル③		
28	土	午前 午後			13:00 卓球サークルダブルス大会			

☆各種サークル開始時間の原則は、午前の部:10時30分~ 午後の部:午後1時30分~

ただし、英会話③・書道は午前10時15分~、英会話①・踊りは午後1時~

☆各種大会は、午後1時~(「バンパー大会・男」は12時スタート)

☆誕生会は、午後1時開始 ※時間厳守でお越しく下さい。