

西成区老人福祉センターだより

〒557-0033 西成区梅南 1-4-27

電話：6654-2951 FAX：6654-1504

指定管理者 西成区社会福祉協議会ホームページ⇒



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。利用にあたっては大阪市の老人福祉センター発行の利用証が必要です。初めての方は、健康保険証等、住所・氏名・年齢のわかるものをご持参ください。館内は土足厳禁です。【休館日】日曜日、祝日休日、年末年始 【開館時間】10:00~17:00

入館の際には「マスク着用」「入館申込表の記入」「検温」をお願いしています。センターの利用時間は2時間程度、利用可能な遊戯は、できるだけ事前予約をお願いします。誕生会・センター主催の各大会・卓球・一部サークルは当面の間休止しています。

遊戯ができる時間帯は右の3回です。枠をまたがったの利用はできません。途中から始められても枠内の時間で終了です。

1回ごとに、使用したイスや遊具を消毒しますので、部屋から退出していただきます。できるだけ時間に合わせてお越しください。

時間枠	遊戯時間
1	10:00~12:00
2	12:15~14:15
3	14:30~16:30

新春ミニコンサート

要申込

昔懐かしい童謡、唱歌、季節の歌、馴染みのある演歌等 盛りだくさん♪

弦楽四重奏団「あいあい」さんによる演奏を楽しみましょう。

やさしい楽器の音色で癒されること間違いなし。

★日 時：1月19日（火）午後1時30分~3時30分

★対象：市内在住60歳以上の方

★場所：老人福祉センター 大広間

★定員：25名程度（先着順）

★申込み：12月18日（金）10:00~

★申込方法：直接または電話



介護予防ポイント事業

要申込

「事前登録時研修」

介護予防ポイント事業に参加するには、研修を受け事前登録が必要です。対象施設での活動や生活支援活動などをするとポイントがたまり、換金することができます。

日 時：2月8日（月）午後2時~4時

場 所：老人福祉センター大広間

対象者：大阪市内在住65歳以上の方

定 員：15名程度（先着順）

申込み：1月5日（火）10:00~（直接または電話）

コーヒーの楽しみ方講座

要申込

~手軽で、健康的で、おしゃれな趣味~

コーヒーの持つ効果・効能やおいしく飲むための簡単な知識や淹れ方などを学びます。

新しい発見があるかも…

日 時：1月29日（金）

午後1時30分~3時

場 所：老人福祉センター大広間

定 員：20名（先着順）

申込み：12月22日（火）10:00~（直接または電話）



いきいき百歳体操

第4回 ステップアップ講習

要申込

《百歳体操をされている方対象》

内容：健康運動指導士 長谷川先生による
体操指導とフレイル予防法の講習

日時：12月18日（金）午前10時30分～正午
12月23日（水）午前10時30分～正午

＜申し込みはどちらか一日のみ＞

場所：老人福祉センター 多目的室奥

定員：各20名（先着順）

申込み：受付中（直接または電話）

※別室にて10:30・11:15の百歳体操のみもあります。

次回、2月10日（水）・19日（金）はいよいよ最終回！

申込みは1月15日（木）から

いきいき百歳体操

無料

週2回の体操が理想ですが、できる範囲で続けましょ
う。マスク着用ですので、無理せずマイペースで！

実施曜日：毎週水曜日・金曜日

実施時間：①10時30分

②11時15分



2日（水）	4日（金）
9日（水）	11日（金）
16日（水）	18日（金）
23日（水）	25日（金）年内最終

園芸ボランティア なでしこ

活動日：8日（火）

10時00分～（小雨決行）

場所：玄関前花壇の作業（花苗植え込み予定）



年末の大掃除は中止にします

毎年、皆様のご協力のもと行っていた「年末の大掃除」ですが、今年は「新型コロナ感染拡大防止のため」中止とします。



年末年始休館のお知らせ

12月28日（月）は通常どおりの開館時間です（コロナ対策対応）

12月29日（火）～1月3日（日）休館

新年度は

令和3年1月4日（月）10時 開館



★認知症サポーター養成講座

要申込

～認知症になっても安心して暮らせるために～
認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を見守る「認知症サポーター」の活動内容を学びます。

日時：1月28日（木）
午後1時30分～3時

講師：西成区オレンジリングチーム

対象：認知症高齢者を抱える家族の方、介護等に興味のある方、オレンジサポーターに興味がある方。年齢不問

定員：20名（先着順）

プチプレゼント
があるよ



申込み：1月5日（火）10時～（直接または電話）

健康セミナー ～誤嚥性肺炎について～

要申込

高齢者に多い誤嚥性肺炎は、飲み物や食べ物、唾液などが気管から肺に入り込んでしまう時、口腔内の細菌が一緒に入り込んでしまうことで起きます。

誤嚥性肺炎の予防方法を学びます。

講師：西成区歯科医師会

日時：12月11日（金）
午後1時30分～2時30分

場所：老人福祉センター大広間

対象：市内在住60歳以上の方

定員：25名程度（先着順）

申込み：受付中（直接または電話）

同時開催 歯科相談もあります

無料

実施時間：午後1時～3時

場所：講習室

令和2年 12月行事案内

2020.12

日	曜	午前 午後	大広間	多目的室(奥)	多目的室	講習室	その他	
1	火	午前 午後	スマホ教室	舞踊サークル				
2	水	午前 午後	フラワーアレンジ 区老連大正琴	いきいき百歳体操 手話サークル		結核健診(受付) (実地調査)	13:30~15:00 結核健診(バス)	
3	木	午前 午後	シニアライフ講習会 ⁴⁻³	民謡サークル		ギタークラブ		
4	金	午前 午後	①13:00~②14:30~ 踊りサークル	いきいき百歳体操 詩吟サークル				
5	土	午前 午後						
6	日	午前 午後	休館日					
7	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		
8	火	午前 午後	区老連拡大理事会	スマホ教室		俳画サークル②	②区老連役員会 園芸V	
9	水	午前 午後	書道サークル ポッチャ講習会	いきいき百歳体操				
10	木	午前 午後		(認サポ準備)		俳画サークル①		
11	金	午前 午後		いきいき百歳体操 健康セミナー(誤嚥性肺炎)		英会話サークル③ 13:00~15:00歯科相談		
12	土	午前 午後						
13	日	午前 午後	休館日					
14	月	午前 午後				ハングルサークル 三味線サークル		
15	火	午前 午後		舞踊サークル				
16	水	午前 午後		いきいき百歳体操 民謡サークル		区老連大正琴		
17	木	午前 午後				14:00~16:00 ギタークラブ		
18	金	午前 午後	★百歳体操ステップアップ講習 踊りサークル	いきいき百歳体操 詩吟サークル				
19	土	午前 午後	①13:00~②14:30~					
20	日	午前 午後	休館日					
21	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		
22	火	午前 午後						
23	水	午前 午後	★百歳体操ステップアップ講習	いきいき百歳体操				
24	木	午前 午後				俳句サークル		
25	金	午前 午後	いきいき百歳体操			英会話③サークル		
26	土	午前 午後						
27	日	午前 午後	休館日					
28	月	午前 午後	フラワーアレンジメント			ハングルサークル 三味線サークル		
29	火	午前 午後	休館日					
30	水	午前 午後	休館日					
31	木	午前 午後	休館日					

- ☆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は午後1時~、踊りは①午後1時~ ②午後2時30分~
- ☆卓球・カラオケサークル・コーラスサークルは当面の間、活動休止
- ☆各種大会・誕生会は、当面の間中止