

# 西成区老人福祉センターだより

〒557-0033 西成区梅南1-4-27 ☎ 6654-2951



## 年忘れ競技大会

12月の各競技大会は**事前申込制**です。開催日当日の「飛び入り参加」はできません。

☆競技種目：バンパー（男女別）、卓球（男女別）、わなげ、スカットボール、囲碁、将棋、オセロ

☆申込期間：11月22日（木）～ **各競技とも開催日前日までの申込み有効**（下記日程表参照）

☆申込競技：**1人4種目まで** 追加申込み、キャンセルは、事務室へ申し出てください。

☆申込方法：備え付けの用紙に記入し、事務室へ提出してください。

競技種目	開催日	開始時間	申込締切日
将棋大会	12月4日（火）	13:00	12月3日（月）
バンパー大会（男）	5日（水）	12:00	4日（火）
オセロ大会	7日（金）	13:00	6日（木）
卓球大会（女）	10日（月）	13:00	8日（土）
卓球大会（男）	12日（水）	13:00	11日（火）
囲碁大会	14日（金）	12:00	13日（木）
スカットボール大会	17日（月）	13:00	15日（土）
わなげ大会	17日（月）	13:00	15日（土）
バンパー大会（女）	19日（水）	13:00	18日（火）

スカットボール大会とわなげ大会は、同じ場所、同時刻開催ですので、両方の参加も可能です。各大会を1種目とします。

### 工事のお知らせ

日時：11月5日（月）11:00～15:00

多目的室天窓の「ガラス取換え工事」を行います。館内での作業はありませんが、囲碁・将棋スペースの一部を、終日立ち入り禁止とさせていただきます



### 地域高齢者学級「いちよう学園」

学習意欲のわく爽やかな季節になりました。新しいことに挑戦してみましよう。楽しく学んで、健康づくり仲間づくりをしましょう。

★日時・内容

第1回 11/20（火）13:30 開講式

／和紙ちぎり絵で「干支飾り」を作ろう

第2回 11/27（火）13:30 ダーツで認知症予防

第3回 12/4（火）9:30 センター集合

「パナソニックミュージアム」見学

第4回 12/11（火）13:30 「元気でいきいき健康教室」

／閉講式・いちよう会説明

★定員：30名（全日程参加できる方） ★参加費：無料

※第1回ちぎり絵の材料費は別途1,180円必要

※第3回パナソニック見学の交通費は自己負担

保険料30円

★申込期間：11/1（木）～先着順

★申込方法：来館のうえ事務室に申込み

### 百歳体操 毎週水曜日・金曜日

いくつになっても筋肉をつけることはできます。無理のない運動を、長く続けることが大事です。週に2回センターに通って元気になりましょう。

①10:30～ ②11:15～

	2日
7日	9日
14日	16日
21日	
28日	30日

## 高齢者総合相談

## ～チョコレートの世界へようこそ～

原料となる「カカオ」の生産やチョコレートの製造、歴史、健康にまつわる話など、知られざるチョコレートの世界をご紹介します。4000年の歴史を探ってみましょう。

- 日 時：11月28日(水) 午後1時30分～3時30分
- 場 所：老人福祉センター 大広間
- 参加資格：大阪市内にお住いの60歳以上の方
- 参加費：無 料 ■定員：約50名
- 講 師：株式会社明治 関西支社



### 《みんなに聞いてほしい結核のおはなし》 ～保健師さんが来ます～

- 日 時：11月21日(水) 午後1時30分～2時
- 場 所：多目的室

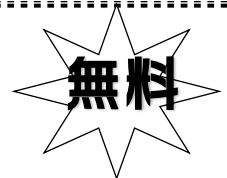
どなたでも聞いていただけます。

保健センターの保健師が、プロジェクターを使ってわかりやすく説明をします。  
結核について、正しい知識を身に着けましょう。

### 「結核健診」 老人福祉センターに健診車が来ます！

6か月以上胸部エックス線検査を受けていない方は是非この機会に受けましょう！

- ★日 時：11月27日(火) 午後1時30分～3時終了
- ★集合場所：講習室 《結核健診車は「センター駐輪場」に停車します》
- ★内 容：レントゲン撮影
- ★定 員：80名(事務室にて申込み受付中)



当日の申込み  
でOK!

#### ＝注意＝

- 当日は先着順に、[番号札]と[問診票]をお渡しします。

記入が終わりましたら、講習室でお待ちください。

番号順に撮影しますので、案内があるまで館内で待機し指示に従ってください。

**年に一度は結核健診を受けましょう。**

**早期発見・早期治療が大事です。**

3時終了です。  
遅れないように来て  
くださ～い!



### ★🍂🍁 《年忘れ 演芸文化大会》日程のお知らせ 🍂🍁★

12月22日(土) 12時開場

#### 世話人会開催のお知らせ 各サークルの世話人さんの出席をお願いします。

※演芸大会に出演予定のサークルは必ず出席してください。

- ★日 時：11月22日(木) 午後3時30分～4時30分
- ★場 所：老人福祉センター大広間
- ★議 題：・年忘れ演芸大会の件 ・サークル活動の報告 ・その他



#### 《区民まつり》

【日 時】  
11月18日(日)  
12:00～16:00

【場 所】  
区民センター、  
ノア・インドア天下  
茶屋ふれあい広場

#### 【お願い】水分補給には、水筒やフタつきのペットボトルを利用しましょう。

多目的室にジュース・コーヒーなどを持ち込まないでください。

特に、缶の飲料はこぼれやすく、コーヒーなどはシミになり困っています。

飲みながらの、囲碁・将棋・卓球・バンパーの利用はおやめください。

ティーブレイクは、休憩室(食堂)を利用していただくようお願いします。



#### 大阪マラソン

11月25日(日)  
26号線がコース  
になっています。  
みんなで応援しま  
しょう。交通規制  
にご注意。