

# 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



## バレンタインコンサート

主催：西成区老人福祉センター（西成区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業）

マルチ音楽家 アマデウス大西さんの「魅惑のピアノ演奏とお笑いトーク」をお楽しみください。

♥ 出演：アマデウス大西氏（アマデウス音楽院付属笑学校校長 元高校教諭）

♡ 日時：平成31年2月14日（木）13:30（開場 13:00）

♡ 場所：西成区民センター 大ホール

西成区岸里 1-1-50（大阪メトロ四ツ橋線「岸里駅」2号出口東へ）

♡ 参加対象：60歳以上の大阪市民の方

♡ 定員：300名（申込不要）



## 高齢者総合相談事業 ～笑い与健康～

笑って！笑って！元気に過ごしましょう。楽しいDVDを見て緊張をほぐし、健康に役立つ話を聞きます。インフルエンザも吹き飛ばしてしまいましょう。

◆ 日時：2月27日（水）13:30～

◆ 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 どなたでも ◆ 参加費：無 料

◆ 講師：南大阪ヤクルト販売（株）



## いきいき百歳体操

毎週 水曜日・金曜日 ①10:30～ ②11:15～

2月

1日（金） 6日（水）

8日（金） 13日（水）

15日（金） 20日（水）

22日（金） 27日（水）

見学や、おもり購入を希望される方は、事務室まで申し込んでください。

寒くても  
必ずやり  
ますヨ！



## 第21回 生涯学習フェスティバル

日時：3月3日（日）10:00～16:00

場所：西成区民センター（ホール&ロビー）

参加費：無 料 どなたでも参加できます

- ・各生涯学習ルームの舞台発表や作品展示
  - ・体験コーナー ・吉本興業のパフォーマンス
- 老人福祉センターの紹介パネルもあります。

## 「西成区老人クラブ大会」【老人クラブ事業】

★日時：2月22日（金）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



## 新年度のサークルについて

新規募集は3月1日からです。

4月から新年度が始まります。

現在、入会中の会員の方は、2月中に『継続・退会』の確認をしていただきます。

都合でお休みされている方は、世話人、先生、お友だち、事務室などに必ず連絡してください。  
お友だちにも声をかけてあげましょう。

## 「ゲートボール大会」【高齢者の生きがいと健康づくり推進事業】

★日時：3月23日（土）9:00～

※雨天中止の時は3月24日（日）に順延

★場所：西成区コミュニティ広場（ホームズ西側）

★対象者：市内在住 60歳以上の方（1チーム5名）

★参加費：1チーム 150円（傷害保険料）

キャンセル返金は3月8日（金）まで

★申込方法：2月22日（金）～3月1日（金）

チーム単位で申込書に記入のうえ

参加費を添えて老人福祉センターまで



# 年忘れ演芸大会

## 報告

平成 30 年 12 月 22 日 (土)

今回は、ゲストに“Mr.オクチ”さんをお呼びしました。舞台上った“区社協住谷会長”の首に剣が…!!というハラハラドキドキもありました。体を張った見事なバランス芸などを披露していただきました。サークルの発表では、日頃の成果を皆さんの前で、披露していただきました。最後は、恒例のビンゴ大会で盛り上がりました。小林 啓さんに頂いたカサブランカは、当日、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。大会運営にあたり、事前準備から後片付けまで、たくさんの方に協力していただき、ありがとうございました。



来賓の皆様お忙しい中ありがとうございました。



司会の  
佐藤さんと金沢さん



甲斐さんの開会宣言で  
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。



“Mr.オクチ”



あ〜首に!



見事なパフォーマンスに  
会場は大盛り上がり!



踊りサークル 息の合った踊りを披露



三味線サークル  
皆さん練習熱心です。  
レパートリーがどんどん増えています。



詩吟サークル  
声を出すことは健康長寿の秘訣!



民謡サークル  
山口先生の三味線に合わせて



区老連大正琴サークル  
今年は尺八とのコラボもありました。  
木谷先生ありがとうございました。



区老連コーラスサークル  
息もぴったり!



手話サークル 手話も振付けもばっちりです!



ギターサークル  
楽しく練習しています。



舞踊サークル 艶やかな着物姿にうっとりします



富寿先生



各カラオケサークルの自慢の歌声披露です



カラオケ② 村島さん



老人クラブカラオケ  
田上さん



カラオケ① 田中さん



喫茶コーナー  
老人クラブ女性部がおもてなし



ゲームコーナーの担当は  
いちよう会とサークル世話人さん  
お疲れ様でした



朗々と吟ずる  
屋敷さん



カラオケ③  
みんなで東京オリンピックを盛りあげよう

### バスツアーに行ってきました。

1月29日(火)  
平城宮跡歴史公園見学、  
柿の葉すし作り、  
そしてお買い物。  
帰りは、両手いっぱい  
のお土産を持って  
帰ってこれました。



### 外壁改修工事が始まりました。

3月中旬まで、工事を行います。  
駐輪場が狭くなっています。  
できるだけ、徒歩や交通機関を利用  
ください。ご迷惑をおかけしますが  
ご協力をお願いします。

書サークル展示会 期間:2月6日(水)~11日(月)  
場所:大阪市立美術館(天王寺公園内地下展覧会室)

### インフルエンザの猛威が止らない!

過去最高の患者数に達し、警報レベルを超えています。  
まだまだ注意が必要です。

- 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する
- 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! 休養をとりましょう。

### 着込みすぎに注意!!

館内の温度調節はこまめにしていますが、体感温度には個人差があります。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。

# 平成31年 2月行事案内

2019.2

| 日  | 曜 | 午前<br>午後 | 大広間                    | 多目的室(奥)                    | 多目的室                 | 講習室                  | 館外                      |
|----|---|----------|------------------------|----------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|
| 1  | 金 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>踊りサークル     | 詩吟サークル                     |                      |                      |                         |
| 2  | 土 | 午前<br>午後 |                        |                            | 1:00～<br>卓球サークル      |                      |                         |
| 3  | 日 | 午前<br>午後 | 休館日                    |                            |                      |                      |                         |
| 4  | 月 | 午前<br>午後 | 英会話サークル②<br>英会話サークル①   | 区老連育成補助金説明会                |                      | 三味線サークル              |                         |
| 5  | 火 | 午前<br>午後 | カラオケサークル③              | 舞踊サークル                     | 12:00～<br>バンパー大会・男   |                      |                         |
| 6  | 水 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>区老連カラオケ    | 手話サークル                     |                      | フラワーアレンジ<br>区老連大正琴   |                         |
| 7  | 木 | 午前<br>午後 | 民謡サークル                 | 書サークル                      |                      | ギタークラブ               |                         |
| 8  | 金 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>区老連コーラス    | わなげ大会                      |                      | 英会話サークル③             |                         |
| 9  | 土 | 午前<br>午後 |                        |                            | 12:00～<br>バンパーサークル   | 14:00～<br>世代間交流オセロ大会 |                         |
| 10 | 日 | 午前<br>午後 | 休館日                    |                            |                      |                      |                         |
| 11 | 月 | 午前<br>午後 | 休館日 (建国記念日)            |                            |                      |                      |                         |
| 12 | 火 | 午前<br>午後 | カラオケサークル②<br>カラオケサークル① |                            |                      | 俳画サークル②              |                         |
| 13 | 水 | 午前<br>午後 | 書道サークル<br>いちょう会        | いきいき百歳体操<br>12:00～リフレッシュ体操 |                      |                      |                         |
| 14 | 木 | 午前<br>午後 |                        |                            |                      | 俳画サークル①              | (区民センター)<br>バレンタインコンサート |
| 15 | 金 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>踊りサークル     | 詩吟サークル                     |                      |                      |                         |
| 16 | 土 | 午前<br>午後 |                        |                            | 11:30～<br>卓球サークル男女混合 |                      |                         |
| 17 | 日 | 午前<br>午後 | 休館日                    |                            |                      |                      |                         |
| 18 | 月 | 午前<br>午後 | 英会話サークル②<br>英会話サークル①   |                            | バンパー大会・女             | 三味線サークル              |                         |
| 19 | 火 | 午前<br>午後 | カラオケサークル③              | 舞踊サークル<br>区老連拡大理事会         |                      | オセロ大会                |                         |
| 20 | 水 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>区老連カラオケ    | 手話サークル                     | 卓球大会・男               | 区老連大正琴               |                         |
| 21 | 木 | 午前<br>午後 | 民謡サークル                 | 書サークル                      |                      | ギタークラブ               |                         |
| 22 | 金 | 午前<br>午後 | いきいき百歳体操<br>区老連コーラス    | スカットボール大会                  |                      | 英会話サークル③             | (区民センター)<br>区老連老人クラブ大会  |
| 23 | 土 | 午前<br>午後 |                        |                            |                      |                      |                         |
| 24 | 日 | 午前<br>午後 | 休館日                    |                            |                      |                      |                         |
| 25 | 月 | 午前<br>午後 |                        |                            | 卓球大会・女               | ハングルサークル<br>三味線サークル  |                         |
| 26 | 火 | 午前<br>午後 | カラオケサークル②<br>カラオケサークル① |                            |                      |                      |                         |
| 27 | 水 | 午前<br>午後 | 書道サークル<br>いちょう会・高齢者相談  | いきいき百歳体操                   |                      |                      |                         |
| 28 | 木 | 午前<br>午後 | 13:00～<br>誕生会          |                            |                      | 俳句サークル               |                         |

☆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午前10時15分～、英会話①・踊り午後1時～、リフレッシュ体操12時～

☆各種大会は、午後1時～(「バンパー大会・男」は12時スタート)