

西成区老人福祉センターだより

〒557-0033 大阪市西成区梅南 1-4-27

電話：06-6654-2951 FAX：06-6654-1504

指定管理者 西成区社会福祉協議会ホームページ [こちらから⇒](https://nishinari-shakyo.jp)
<https://nishinari-shakyo.jp>



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。利用証の更新は当面いたしません。入館時に毎回「入館表」に記入し提出していただきます。【休館日】日曜日、祝日休日、年末年始 【開館時間】10:00～17:00

入館時の注意事項

入館の際には「**マスク着用**」「**検温**」「**手指の消毒**」をお願いします。



発熱（37.5度以上）や風邪症状がある、体調が悪いなどの場合は来館をお控えください。

館内では「**密にならない**」「**大声で会話をしない**」の徹底をお願いします。

ワクチン接種が2回済んでいる方も、守っていただきますようお願いいたします。

（ワクチンを2回接種した後に感染する「**ブレイクスルー感染**」が確認され、感染対策の継続が必要とされています。）

**緊急事態宣言が発出されている期間、
老人福祉センターの「一般利用」「サークル活動」は休止しています。
（但し、百歳体操のみ実施中）**

センターの開館につきましては、決まり次第「センター前掲示」「西成区社会福祉協議会ホームページ」等でお知らせします。お問い合わせは、電話でもお受けいたします。

サークルは世話人会開催後、各サークルの再開日を決定します。

尚、感染症拡大防止のため、予定している事業、講習会等の日程が変更、中止になる場合があります。ご了承ください。参加される方は、必ず、事前確認をお願いします。

認知症予防に脳トレにチャレンジ!!

★熟語を作ろう

□に漢字を入れて、矢印の方に
読むと二字熟語ができます。

土
↓
恐 ⇒ □ ⇒ 巻
↓
胆

●歌詞の穴埋めクイズ

□とまれ
よとまれ
□の花の花から花へ
□にとまれ
□に飽いたら
□にとまれ
ちようちよ
ちようちよ
ちようちよ

懐かしい童謡です。歌詞を埋めてください。

いきいき百歳体操をやっています。

水曜日・金曜日 ①10:30～ ②11:15～

感染予防対策のため、参加人数が多くなれば1回
に入室できないこともあります。ご了承ください
い。比較的2回目が空いています。

◆ナンプレに挑戦!

初級問題です。

「たて」「よこ」「3×3の罫」の
中には、それぞれ1から9までの
数字が入ります。
同じ数字がだぶらないように。
じっくり考えてみましょう

	1	4	6		8	2	7	
7		2	4		9	1		8
6	8		2		1		3	5
9	5	3				7	4	2
1	2	8				6	5	3
8	7		9		2		1	6
2		1	5		3	9		7
	9	6	1		7	5	2	

答えはうらにあるけど頑張ろうね

老人福祉センターでは、利用者の方が安心・安全にご利用いただくため、センター全室に
「抗菌」「抗ウィルス」「防臭」の対策として**光触媒によるコーティング施工を実施しました。**
今後もより一層「新型コロナウイルス感染症」対策に努めてまいります。



高齢者のための「救命救急講座」

申込み先着順 無料

救命救急の知識や技術、「予防救急」とは何かを映像やお話しを通して学びます。

日 時：10月19日（火）午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター 多目的室奥

定 員：20名程度（申込み先着順）

講 師：西成消防署 地域担当者

申込み：10月1日（金）10時～（直接または電話）



交通事故なんでも相談～交通事故とその責任～

申込み先着順 無料

自転車事故、自動車事故等で加害者になってしまうケースが多発しています。思わぬ高額請求が来て家族に迷惑を掛けないために、対策や対処方を学びます。

日 時：10月25日（月）午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター

講 師：日本損害保険協会石井義久氏

定 員：20名程度（申込み先着順）

申込み：9月27日（月）10時～（直接または電話）



お薬の飲み合わせセミナー

申込み先着順 無料

薬の飲み合わせについて、実演を交えてわかりやすくお話していただきます。

日 時：10月28日（木）午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター

講 師：サクラ薬局 薬剤師

定 員：20名程度（申込み先着順）

申込み：9月27日（月）10時～（直接または電話）



高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

申込み先着順 無料

のこぎり演奏会 ～生演奏と体験コーナー～

こちよい素敵な音色で楽しいひとときを過ごしましょう。関西人なら馴染みの、あの「のこぎり」がよい音出します。

日 時：11月2日（火）1時30分～3時

場 所：老人福祉センター

講 師：いちもんぢ らく乃 先生

定 員：20名程度（申込み先着順）

申込み：10月4日（月）10時～（直接または電話）



百歳体操の動画がスマートフォン・パソコンで【大阪市ホームページ】から見るができます。

<https://www.city.osaka.lg.jp>

「いきいき百歳体操」「かみかみ体操」「しゃきしゃき体操」

注意：動画を見るときはWi-Fi以外の環境では通信費が発生します。



スマホ体験

申込み多数は抽選 無料

「オンライン体験教室」

日 時：10月5日（火）午後1時30分～3時30分

場 所：老人福祉センター 多目的室奥

定 員：18名（応募多数の場合抽選）

講 師：ソフトバンク㈱スマートフォンアドバイザー

受講料：無料 ※スマートフォンは一人一台貸出します

申込み：9月10日（金）～24日（金）まで

申込方法：・来館の場合、63円ハガキ持参

・往復はがき郵送の場合、往復はがきに[氏名・住所・年齢・日中連絡のつく電話番号]を記入の上、

締切日必着で郵送



「健康ウォーキング&歴史探訪」

～大阪城公園～

れんにょしょうにん

蓮如上人が建設した大坂本願寺（石山本願）の跡から、信長、秀吉、家康、秀忠へと続く大阪城の歴史を感じられるコースです。ボランティアガイドさんの案内で散策します。（雨天中止）

日 時：10月21日（木）午前10時～11時30分（散策）

集合時間：午前9時10分

集合場所：老人福祉センター

定 員：25名程度（申込み先着順）

申込み：9月28日（火）10時～（電話不可）

保険代（30円）を添えて本人申込み

※交通費は自己負担

大阪メトロ花園町⇄森ノ宮（往復560円）敬老優待乗車証のチャージを忘れずに。天候等による延期は11月4日（木）予定



申込み先着順

いきいき百歳体操ステップアップ講習会

申込み先着順 無料

楽しい指導で、いつもの百歳体操がワンランクアップ！

日 時：11月5日（金）・18日（木）どちらか一日

場 所：老人福祉センター

対 象：センターでの百歳体操の参加者

講 師：長谷川 司先生

申込み：10月4日（月）10時～



予告

世代間交流 ボッチャ大会

11月6日（土）

「転倒予防教室」11月9日（火）30日（火）2回連続講座

「ウエルネスダーツ」講習会

11月13日（土）

認知症サポーター養成講座

11月8日（月）

＜回答＞ 考えることがとても良い刺激になります。

◆熟語を作ろう

竜

土竜（モグラ）

恐竜（きょうりゅう）

竜巻（たつまき）

竜胆（りんとう）

◆ナンプレに挑戦！

5	1	4	6	3	8	2	7	9
7	3	2	4	5	9	1	6	8
6	8	9	2	7	1	4	3	5
9	5	3	8	1	6	7	4	2
4	6	7	3	2	5	8	9	1
1	2	8	7	9	4	6	5	3
8	7	5	9	4	2	3	1	6
2	4	1	5	6	3	9	8	7
3	9	6	1	8	7	5	2	4

◆歌詞の穴埋めクイズ

遊ハ

とまれ

やとまれ

遊ハ

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

花の

訂正 8月号の童謡の題名は「われは海の子」でした m()m