

# 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>



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。スリッパ、上履きなどをお持ちください。入館時に毎回「入館受付表」を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 〈引き続き感染予防対策にご協力をお願いします〉

入館の際には「マスク着用」「検温」「手指の消毒」

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」

館内で「水分補給以外の飲食」や「長時間の滞在」はできません。

こまめな「手洗い」「手指の消毒」をお願いします。



## 利用証の更新を始めました

随時更新をしますので、来館時には利用証をお持ちください。

紛失した方には「再発行」いたしますのでお声かけください。

**確認内容** 〈住所〉・〈電話番号〉・〈緊急連絡先〉の確認をいたします。

講座、サークルなどに参加の方も利用登録が必要です。



- ・バンパー、囲碁、将棋は2時間枠で入替制。
  - ・その他の利用(サークル、講座、テレビ視聴など)は、入館から2時間程度でお願いします。
- ※マスク着用が必須であり熱中症予防の観点から、卓球はできません

時間枠	バンパー、囲碁、将棋
1	10:00~12:00
2	12:15~14:15
3	14:30~16:30

### 5月の報告

5/10・24 転倒予防教室

5/11 レザークラフト講習会

5/12 空き家なんでも相談会

5/17 のこぎり演奏会★

5/20 認知症予防教室

5/26 知れば楽しい漢字の話✿

5/31 健康ウォーキング



★楽しくてほっこりする演奏会



✿漢字クイズおもしろかった! またやりたいと好評でした

## ◆ナンプレに挑戦!

「たて」「よこ」「3×3の双」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。

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

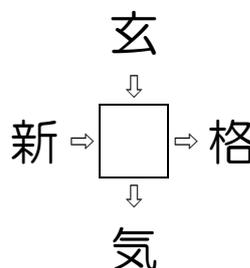
## 認知症予防に脳トレにチャレンジ!!

### ■ 難読漢字

- ・ 蕪 レバーと相性バッチリ
- ・ 大蒜 ピラミッド建設にも貢献
- ・ 紫陽花 原産は日本。雨が似合う。
- ・ 蒟蒻 水分97パーセント
- ・ 柘榴 ガーネットの和名○○○石
- ・ 轟く 雷鳴が…

### ★ 熟語を作ろう

矢印の方向に読むと二字熟語ができます



一口の新茶に一病忘れけり  
 遠来の友をもてなす新茶かな  
 しまひには茶漬けするとて古茶淹るる

### 俳句サークル 今月の特選

申込みは〈来館〉〈電話〉とも、ご本人での申込みをお願いします  
 申込書は切り取らずにそのままお出してください  
 「申込みのキャンセル」「当日欠席」の場合、必ずご連絡をお願いします

**シニア向けスマホ体験講座** 申込多数抽選 無料

「スマホ体験教室 iPhone 電話・メール編」  
 日 時：7月19日（火）午後1時30分～3時30分  
 場 所：老人福祉センター  
 定 員：20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  
 申込み：6月23日（木）～7月9日（土）  
 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！



**高齢者の火災予防とAEDの使い方講座** 無料 先着順

西成消防署職員による、具体的な火災事例をもとに火災  
 予防の話や、AEDの使い方などを教えていただきます  
 日 時：6月30日（木）午後1時30分～3時  
 場 所：老人福祉センター  
 定 員：各25名程度（申込み先着順）  
 申込み：6/1（水）10:00～



**いきいき百歳体操参加者の方** 無料 受付中  
 ～体力測定～

継続していきいき百歳体操に参加されている方に、定期的  
 に体力体操を実施します。  
 日 時：7月15日（金）午後1時30分～3時  
 場 所：老人福祉センター  
 定 員：15名  
 申込み：6/10（金）～  
 （来館または電話にて本人申込み）



**健康体操セミナー** 無料 先着順

リズムにあわせた楽しい運動で、身体だけではなく指や  
 頭も動かして、脳の活性化を図りませんか？  
 日 時：6月24日（金）午後1時30分～3時  
 場 所：老人福祉センター  
 定 員：20名程度（申込み先着順）  
 申込み：6/1（水）10:00～  
 （来館または電話にて本人申込み）



**らくてん寄席** 無料 申込み先着順

恒例の「らくてん会」による落語会です。  
 暗い気持ちを吹き飛ばして、マスクの中を笑顔に！  
 日 時：7月23日（土）午後1時30分～3時30分  
 場 所：老人福祉センター  
 定 員：20名程度（先着順）  
 申込み：6月20日（月）10時～（来館または電話）  
 番組 唐亭一寸風 青菜  
 一山亭南坊 京の茶漬け  
 五月家安庵 相撲場風景  
 らくてん亭水車 妄想が止まらない



**いきいき百歳体操**

各曜日 3回実施しています  
 毎週 水曜日・金曜日

- ① 10:15～ 10:45
- ② 10:55～ 11:25
- ③ 11:35～ 0:05



感染症対策として、密を避け、確実に参加していただ  
 けるよう登録制にしています。  
 「新規参加申込み」「時間、曜日の変更」などは必ず、  
 事務室にお知らせください。

**サークル入会・見学**

サークルに興味のある方。まずは見学を！  
 感染症対策をしっかりとって、活動を始めています。  
 詳しくは事務室までお問い合わせください。

認知症予防に脳トレにチャレンジ！！〈解答〉

■ 難読漢字

- ・ 蕪 ニラ
- ・ 大蒜 ニンニク
- ・ 紫陽花 あじさい
- ・ 蒟蒻 こんにゃく
- ・ 柘榴 ざくろ
- ・ 轟く とどろく

◆ ナンブル

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

★ 熟語を作ろう

- ・ 玄人 くろうと
- ・ 新人 しんじん
- ・ 人気 にんき
- ・ 人情 じんかく



〒557-0033 大阪府大阪市西成区南南1-4-27  
 電話：06-6654-2951 ファックス：06-6654-1504

開館時間 開館時間：午前10時～午後5時  
 休館日 日曜日、祝日、年末年始

交通案内 ▶ 大坂メトロ西四橋線「花園町」駅から徒歩5分

# 令和4年 6月行事案内

2022.6

日	曜	午前 午後	大広間	多目的室(奥)	多目的室	講習室	館外	
1	水	午前 午後	区老連カラオケ	いきいき百歳体操 手話サークル		フラワーアレンジメン 区老連大正琴		
2	木	午前 午後	民謡サークル	書サークル		ギタークラブ		
3	金	午前 午後		いきいき百歳体操 詩吟サークル				
4	土	午前 午後						
5	日	午前 午後	休館日					
6	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		
7	火	午前 午後	カラオケサークル③	舞踊サークル			園芸V	
8	水	午前 午後	書道サークル いちょう会	いきいき百歳体操				
9	木	午前 午後		百歳体操ステップアップ講習会				
10	金	午前 午後	踊りサークル 区老連コーラス	いきいき百歳体操		英会話サークル③		
11	土	午前 午後						
12	日	午前 午後	休館日					
13	月	午前 午後	ハングルサークル			三味線サークル		
14	火	午前 午後	カラオケサークル② カラオケサークル①				*	
15	水	午前 午後	区老連カラオケ	いきいき百歳体操 手話サークル		区老連大正琴		
16	木	午前 午後	民謡サークル	書サークル		ギタークラブ		
17	金	午前 午後	スマホシンプルスマホ	いきいき百歳体操 詩吟サークル				
18	土	午前 午後						
19	日	午前 午後	休館日					
20	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		
21	火	午前 午後	カラオケサークル③ 食育セミナー栄養と脳活	舞踊サークル			園芸V 行岡実習生	
22	水	午前 午後	いちょう会	いきいき百歳体操 いちょう会				
23	木	午前 午後	健康セミナー 感染症対策	百歳体操ステップアップ講習会		俳句サークル	行岡実習生	
24	金	午前 午後	踊りサークル 区老連コーラス	いきいき百歳体操 健康体操セミナー		英会話サークル③	行岡実習生	
25	土	午前 午後						
26	日	午前 午後	休館日					
27	月	午前 午後	ハングルサークル			三味線サークル		
28	火	午前 午後	カラオケサークル② カラオケサークル①					
29	水	午前 午後		いきいき百歳体操				
30	木	午前 午後	高齢者の火災予防とAED講習					

☆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、カラオケ①はA午後1時～・B午後2時30分～、踊りは①午前10時15分～ ②午前11時30分～

☆卓球、誕生会は当面の間、休止