

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
<https://nishinari-shakyo.jp>

こちらから⇒



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。

(講習会やサークル、各種大会などに参加されるすべての方が対象)

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、上履きなどは各自お持ちください。

【休館日】日曜日、祝日休日、年末年始 【開館時間】10:00～17:00

敬老大会

無料 申込不要

健康長寿をお祝いして
みんなで楽しく過ごしましょう。
楽しいパフォーマンスもあります。



開催日：9月13日(土)

開演：12時

開場：11時30分

場所：老人福祉センター全館

外は暑いので開場時間に合わせて
お越しください。



大道芸人
たっきゅうさん

米寿の方をお祝します。
今年88歳になられる方は
事務所にお申込みください



わなげ大会 8月13日(水)

スカットボール大会 8月14日(木)

開始時間：午後1時～

【各大会とも事前申込みが必要です】(来館か電話にて)

いきいき百歳体操【水曜日・金曜日】

①	10:15 ~	10:45
②	10:55 ~	11:25
③	11:35 ~	12:05

参加希望の方は事務室までお声かけください

ラジオ体操は毎日やっています

11:00 ・ 14:30

多目的室へお入りください



脳トレにチャレンジ!!

■熟語を作ろう

矢印の方向に読むと
二字熟語ができます

鮮
↓
松 ⇨ □ ⇨ 星
↓
石

◆難読漢字

- ・ 団扇 夏の定番 手動のハンディファン
- ・ 欠氷 夏の定番 ふわふわが人気
- ・ 跣 夏は定番 サンダルが似合う
- ・ 車厘 夏の定番 喉ごし爽やか うんと冷やして!
- ・ 薺 夏の定番 こどもの夏休みの教材
- ・ 揺蚊 万博会場で大発生!
- ・ 埃及 国名 つちぼこりと大きなお墓が有名

●ことば探し

マス目の中に「寿司ネタ」の
名前が12個隠れています。

ぱ	あ	い	た	か	ん	ば	ち
ち	か	く	ろ	ぶ	さ	び	て
ま	あ	ら	り	ー	さ	う	ぶ
じ	え	ぐ	も	ら	に	え	あ
い	ね	ん	ま	ほ	た	て	ま
が	わ	ぎ	が	い	も	ぐ	え
に	ほ	り	と	わ	ろ	ん	び
か	つ	お	う	ろ	お	ら	か

<https://noikiiki.info> コトバサガシ

★ナンプレに挑戦

「たて」「よこ」「3×3の双入」
の中には、それぞれ1から
9までの数字が入ります。

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

注意：講座、講習会などの申込みは「来館・電話」とも、ご本人様のお申込みに限りします。
申込み後のキャンセルや当日欠席される場合は連絡をお願いします

手作り講習会

無料 先着順

～折り紙でミャクミャクを作ろう～

まだ間に合う！ 万博の公式キャラクター

『ミャクミャク』を折り紙で作ります。

日 時：9月5日（金）午後2時～3時30分

場 所：老人福祉センター 講習室

定 員：25名

参加費：無 料

申込み：8/5（火）10：00～（来館か電話にて）

意外と
かわいいんやで！



モルック体験会

無料 先着順 男女共

初めての方に向けてモルックの体験会をします。

男女問わず参加していただけます。

日 時：9月9日（火）午後1時30分～午後3時

場 所：老人福祉センター 多目的室奥

定 員：30名程度

申込み：8/7（木）（来館か電話にて）



認知症予防教室 ～回想法～

無料 先着順

懐かしい昭和の時代を思い出すことで、脳が活性化され認知症の予防に繋がります。

日 時：9月19日（金）午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター 大広間

講 師：秋山真之先生

定 員：35名程度

申込み：8/18（月）10：00～（来館か電話にて）

男の学び舎 第八弾

男性限定 無料 先着順

～モルックチーム対抗戦～

今回は1チーム5名のチーム対抗戦を行います。

チーム分けは当日抽選で決めます。

日 時：9月24日（水）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（先着順）

申込み：8/20（水）10：00～（来館か電話にて）

知れば楽しい漢字の話

無料 先着順

～漢字 de 脳トレ～

漢字の魅力を再発見しよう！漢字パズルやクイズなどで楽しく漢字を学びましょう。

日 時：9月26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：30名程度

申込み：8/28（木）10：00～（来館か電話にて）



認知症サポーター養成講座

無料 先着順

認知症を正しく理解し認知症の方やその家族を見守る「応援者」になりませんか。認知症について学びます。

日 時：8月28日（木）午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：20名程度 市内在住 **【年齢不問】**

申込み：8/1（金）10：00～（来館か電話にて）



川柳体験教室

無料 先着順

～川柳で詠む 人々人を詠む 社会を詠む～

気軽にできて奥の深い「川柳」の魅力を学びます。

初めての方でも「川柳」の楽しさを実感できます。

日 時：① 9月4日（木） ② 10月2日（木）

③ 11月6日（木） ④ 12月4日（木）

⑤ 1月8日（木） ⑥ 2月5日（木）

毎月 第一木曜日 午後1時30分～3時

場 所：老人福祉センター 大広間

講 師：穂山（かめやま）常男 先生

定 員：20名程度

テキスト代：300円（当日集金）

申込み：8/7（木）10：00～（来館か電話にて）

できるだけ
6回の出席を
お願いします

百歳体操体力測定 <百歳体操を続けている方>

無料

日 時：9月5日（金）

① 10：45～ ② 11：25～ ③ 12：05～

申込み：8/8（金）10：00～（来館か電話にて）

※記録用紙の準備がありますので必ずお申込みください

転倒予防教室

無料 先着順

転倒による骨折を防ぎ、入院や寝たきりにならないよう、筋力を維持するための体操を楽しく学びます。

日 時：9月16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

講 師：河野千恵子先生

定 員：25名程度

申込み：8/12（火）10：00～（来館か電話にて）



交通安全啓発講習会

無料 先着順

交通事故の加害者や被害者にならないために交通ルールを学びましょう。

反射神経測定器での測定もあります。

日 時：9月25日（木）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：30名程度

申込み：8/20（水）10：00～（来館か電話にて）



7月の事業報告

7/5 心も身体もリフレッシュ!

レクリエーションで楽しく体を
ほぐし準備運動は万全です。
三線演奏やダンスパフォーマンスも
見せていただきました。
ステップの練習から始めて楽しく体を動かすことができました。



7/10 ポッチャ交流会

今回は定員を超える申込みが
あり抽選となりました。8チーム
によるチーム対抗戦をしました。
当日結成でもチームワークは
バッチリ!大変盛り上がりました。
次回は10月30日(木)を予定
しています。是非ご参加ください。



7/25 eスポーツ体験日

eスポーツ体験に少しずつ参加者の方が
増えてきています。
8月22日の「eスポーツ ボウリング大会」
に向けて練習に力が入っていました。



7/15 エンターテインメント講座

しょっぱなから、なんと水戸黄門さま
の登場で会場は大笑い!
引き続き「コロン・I」さんの楽しい
トークと懐かしい昭和の歌謡曲や童謡
の合唱で大いに盛り上がりました。



7/19 らくてん寄席

毎度おなじみ「らくてん会」さん
の落語会です。酷暑の中たくさんの方
にお集まりいただき、会場に笑い
があふれていました。
次回は10月11日(土)です。お楽しみに。



7/22 男の学び舎 モルック体験

モルック初体験の方がほとんどでしたが、
皆さん飲み込みが早く、すぐに試合形式を
実践することができました。
9月24日(水)「男の学び舎第8弾 モルックチーム対抗戦」
を開催します。
※女性陣から「わたしも参加したい」との声が多数あり、
9月9日(火)「モルック体験会(男女参加可)」を開催します。
ふるってご参加ください。



脳トレにチャレンジ!! 《解答》

■熟語を作ろう

鮮
↓
松 → 明 → 星
↓
右

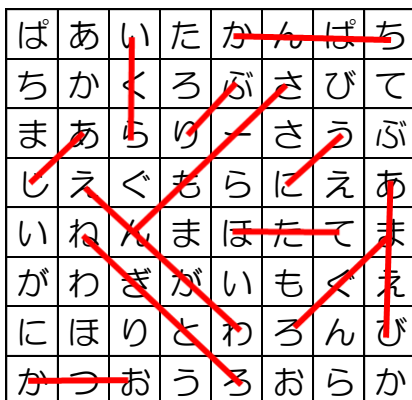
- ・鮮明 (せんめい)
- ・松明 (たいまつ)
- ・明石 (あかし)
- ・明星 (みょうじょう)

◆難読漢字

- ・団扇 うちわ
- ・欠氷 かきごおり
- ・跣 はだし
- ・車厘 ゼリー
- ・薨 あさがお
- ・揺蚊 ゆすりか
- ・埃及 エジプト

(正式にはエジプト・アラブ共和国)

★ことば探し



1. まぐろ
2. ねぎとろ
3. いくら
4. かつお
5. さーもん
6. えんがわ
7. ほたて
8. あまえび
9. かんばち
10. あじ
11. うに
12. ぶり

●ナンプレに挑戦!

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

令和7年8月 行事案内

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1	2	3
午前	いきいき百歳体操 毎週 水曜日・金曜日 ① 10:15～ ② 10:55～ ③ 11:35～				いきいき百歳体操		休館日
午後					詩吟	12:30 バンパーサークルシングル	
	4	5	6	7	8	9	10
午前	英会話②	カラオケ③ 舞踊	いきいき百歳体操 フラワーアレンジ	ステップアップ講習会	いきいき百歳体操 踊り 英会話③		休館日
午後	英会話①		手話 (老ク)カラオケ	民謡 ギター	スマホ教室	12:30 卓球サークルペア	
	11	12	13	14	15	16	17
午前	休館日 (山の日)	カラオケ② (老ク)拡大理事会	いきいき百歳体操 書道		いきいき百歳体操		休館日
午後		カラオケ①	わなげ大会	スカットボール大会	詩吟	12:30 バンパーサークルダブルス	
	18	19	20	21	22	23	24
午前	英会話②	カラオケ③ 舞踊	いきいき百歳体操	ステップアップ講習会	いきいき百歳体操 踊り 英会話③		休館日
午後	英会話①	(館外) モリタ三田工場見学	手話 (老ク)カラオケ	民謡 ギター	eスポーツボウリング大会	12:30 卓球サークルシングル	
	25	26	27	28	29	30	31
午前	ハングル	カラオケ②	いきいき百歳体操		いきいき百歳体操		休館日
午後	三味線	カラオケ①	いちょう会	俳句 認知症サポーター 養成講座			

☆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: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～
わなげ大会・スカットボール大会・誕生会(3ヶ月に一回)は午後1時～