

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⇒



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とトークショー



盆踊り、ゲーム、喫茶、ビンゴもあります

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



大道芸人
たっきゅうさん

地域デビュー講座

無料 先着順

地域活動って何？ あなたのお住いの地域ではどんな活動をしているのでしょうか。居場所の紹介や一歩踏み出して地域で新しい楽しみを見つけませんか？

日時：10月8日（水）午後1時30分～3時

場所：老人福祉センター大広間

対象：市内在住の方 **【年齢不問】20名程度**

申込み：9/9（火）10：00～



らくてん寄席

無料 先着順

らくてん会さんによる落語会です。

大いに笑って楽しいひと時をお過ごしください。

日時：10月11日（土）午後1時30分～3時30分

場所：老人福祉センター 大広間

定員：40名程度

申込み：9/5（金）10：00～（来館か電話にて）



《e スポーツ体験日》 みんなでやってみよう！

テレビゲームでボウリングやテニス、的当て等のゲームを体験してみませんか？

申込み不要！自由に参加できます

日時：9月11日（木）午後2時～午後4時30分

健康セミナー～糖尿病の話～

無料 先着順

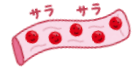
糖尿病とはどんな病気なのか？予防と改善策について学びます。血管年齢の測定も行います。

日時：10月3日（金）午後1時30分～午後3時

場所：老人福祉センター 大広間

定員：25名程度

申込み：9/3（水）（来館か電話にて）



健康セミナー～鍼灸を知る～

無料 先着順

意外と知らない鍼（はり）の効果や、ツボ刺激、身体の様々な不調の改善法など、現役鍼灸師に話を聞きます

日時：10月9日（木）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：9/9（火）（来館か電話にて）

シニア向けスマホ体験講座

無料 多数抽選

～スマートフォン体験講座～

iPhone LINE とスマホ決済編

＜スマートフォンは一人一台貸出します＞

日時：10月17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：20名（応募多数の場合抽選）

申込み期間：9/9（火）～10/7（火）

申込み：・来館の場合、85円ハガキ持参

・往復はがきの場合、＜氏名、住所、年齢、電話番号＞を記入の上郵送 **締切日までに必着！**



サークルからのお知らせ 会員募集中！



英会話サークル① 第1・3月曜日 13：00

英会話サークル② 第1・3月曜日 10：30

見学は授業のある日ならいつでもOK！

事前にご連絡を！（裏面カレンダー参照）

初めての方でも
大丈夫！



ゆっくりペースで安心
継続は力です。

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

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：受付中（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：受付中（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：受付中（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 大広間

定 員：30名程度

申込み：受付中（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：受付中（来館か電話にて）



スカットボール大会

9月18日（木）

わなげ大会

9月30日（火）

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】

参加希望の方は事務室までお声かけください

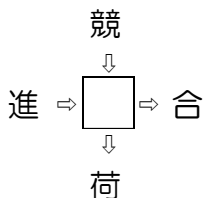
①	10:15～10:45
②	10:55～11:25
③	11:35～12:05



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。
読み方は全部違います。



◆難読漢字

- 滑子汁 トロツと、ツルっと
- 椀 餅 栃木県の県木の実で作られる
- 鶉 豆 鳥の卵にそっくり
- 芋 茎 里芋の茎
- 鰯 ぶりの若魚
- 蜻 蛉 幼虫時は水の中で育つ
- 碇 星 五つの星がwの形に並ぶ星座

●ことば探し

マス目の中に「くだもの」の
名前が12個隠れています。

ボ	ラ	ン	リ	ン	ゴ	ツ	メ
カ	キ	ブ	ド	サ	チ	ブ	ロ
イ	ミ	メ	ク	バ	ク	ナ	ン
モ	イ	ラ	ウ	ナ	ス	バ	イ
ブ	ン	ス	ビ	ナ	イ	ミ	チ
ボ	ド	ワ	ゴ	パ	カ	モ	ゴ
ル	リ	ウ	ナ	ン	ゴ	ン	モ
カ	ナ	パ	イ	ナ	ツ	プ	ル

<https://noikiiki.info> コトバサガシ

★ナンプレに挑戦

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

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

令和7年9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	4	5	6	7
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		いきいき百歳体操 百歳体操体力測定		休館日
午後	英会話①		手 話 (老ク)カラオケ (老ク)大正琴	民 謡 ギター 川柳体験教室	詩 吟 手作り講習会 	12:30 バンパーサークルシングル	
	8	9	10	11	12	13	14
午前	ハングル	カラオケ② (老ク)拡大理事会 舞踊サークル	いきいき百歳体操 書 道		いきいき百歳体操 踊 り 英会話③	敬老大会 11:30開場 12:00開演	休館日
午後	三味線	カラオケ① モルック体験会		eスポーツ体験会	(老ク)コーラス 誕生会		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	休館日 (敬老の日)	カラオケ③ 舞 踊	いきいき百歳体操		いきいき百歳体操		休館日
午後		カラオケ① 転倒予防教室	手 話 (老ク)カラオケ (老ク)大正琴	民 謡 ギター スカットボール大会	詩 吟 認知症予防教室	12:30 バンパーサークルダブルス	
	22	23	24	25	26	27	28
午前	ハングル	休館日 (秋分の日)	いきいき百歳体操		いきいき百歳体操 踊 り 英会話③		休館日
午後	三味線		いちょう会 男の学び舎モルック	俳 句 交通安全教室	(老ク)コーラス 漢字de脳トレ	12:30 卓球サークルシングル	
	29	30	いきいき百歳体操 毎週 水曜日・金曜日 ①10:15～ ②10:55～ ③11:35～ 実はすごい！ ラジオ体操 毎日やっています 11:00 14:30 参加自由です				
午前	ハングル						
午後		わなげ大会					

☆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～



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

8月の事業報告

7/29 漢字 de 脳トレ

漢字の豆知識のお話しが興味深く、楽しくてあっという間に時間が過ぎてしまいます。人気の講習会ですので、毎回申込みが増えていきます。申し込みはお早めに。



8/28 認知症サポーター養成講座

認知症の事を正しく理解してもらうための講習会を開催。「オレンジチーム」による寸劇もあり、楽しく学ぶことができました。ステップアップ研修にも興味を持って参加してくださいとうれしいです。



8/19 社会見学

～モリタ三田工場見学～

消防車や防災用品等の製造してるモリタポンプを見学。バスの中では西成消防署の職員の方から防災についてお話を聞き、皆さんの防災に対する意識がより高かったようです。



8/8 スマホ講座

今回はスマホ入門編。基本機能の操作方法や日常生活に役立つ使い方を学びました。次回はLINEとスマホ決済です。是非ご参加ください。



8/22 eスポーツ ボウリング大会

eスポーツを体験された方、初めての方、たくさんの申込みがあり今回は抽選となりました。大会はおおいに盛りあがりました。次回もお楽しみに。



脳トレにチャレンジ！！ 《解 答》



競

■熟語を作ろう

進 ⇒ 歩 ⇒ 合

荷

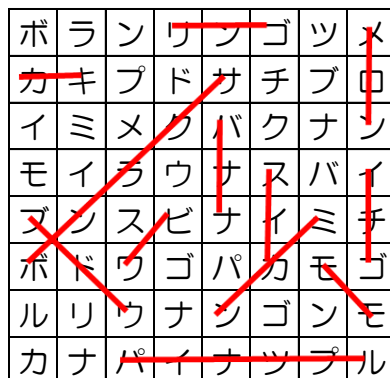
- ・競歩（きょうほ）
- ・進歩（しんぽ）
- ・歩荷（ぽっか）
- ・歩合（ぶあい）

◆難読漢字

- ・滑子汁 なめこじる
- ・橡 餅 とちもち
- ・鶉 豆 うずらまめ
- ・芋 茎 ずいき
- ・鰯 いなだ
- ・蜻 蛉 とんぼ
- ・碇 星 いかりぼし

(カシオペア座)

★ことば探し



1. リンゴ
2. カキ
3. パイナップル
4. メロン
5. イチゴ
6. スイカ
7. パナナ
8. サクランボ
9. ピワ
10. ミカン
11. モモ
12. ブドウ

●ナンプレに挑戦！

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