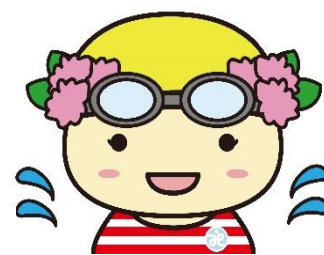




都島区 老人福祉センターだより

2020年7月15日発行



大阪市都島区中野町4-2-24-108
＜指定管理者＞都島区社会福祉協議会

☎06-6354-0354
メール: rjfc-miyako@miyakorin.com

おとなのぬり絵講座

- ◆日時 8月21日(金)
午後1時30分～2時30分
- ◆場所 当センター 講習室
- ◆参加費 無料
- ◆定員 10名
- ◆持ち物 色鉛筆
(持っていない方には貸し出しします)
- ◆申込み 7月31日(金)
午前9時30分～
来館または電話にて受付



いきいき百歳体操

8月1日(土)～31日(月)

※日曜日(休館日)除く

- ◆(火)～(金) 午前・午後2回ずつ
午前10時～ 午前11時～
午後1時30分～ 午後2時30分～
- ◆(月)と(土) 午前・午後1回ずつ
午前10時～ 午後1時30分～
- ◆定員: 各回13名

＜申込方法＞

7月28日(火)より、
電話での受付を開始します。

(☎06-6354-0354)

1週間に、各事業2回まで予約できます。

※事前予約は翌週の分のみ受付します。

※定員に達していない場合は、当日受付できますが、
必ずお電話でお問い合わせください。



ヤクルト 健康セミナー

- ◆日時 ①8月26日(水)
②9月2日(水)
③9月9日(水) 各回とも
午後1時30分～2時30分
- ◆内容 ①油断大敵! 食中毒!
～手洗いチェッカーで正しい手洗いを学ぼう～
②腸トレでミルミル元気!
③血管年齢を知ろう
～血管年齢測定～
- ◆場所 当センター 講習室
- ◆参加費 無料
- ◆定員 15名
- ◆申込み ①8月5日(水)
②8月19日(水)
③8月26日(水) 各回とも
午前9時30分～
来館または電話にて受付



脳活・脳トレ チャレンジ

8月1日(土)～31日(月)

※日曜日(休館日)除く

- ◆午前の部 10時～
- ◆午後の部 1時30分～
- ◆定員: 各10名



脳活クイズ・数独
おとなのぬり絵など

囲碁・将棋

8月1日(土)～31日(月)
※日曜日(休館日)除く

- ◆午前の部 10時～
- ◆午後の部 1時30分～
- ◆定員: 16名



8月行事予定表

		月	火	水	木	金	土	
							1	
大広間	午前	☆センター内マスクの着用をお願いします。 ☆来館前には熱を測り、発熱や風邪の症状、強いだるさのある方は来館できません。 ☆入館時に手伝い・手指の消毒 					10:00～ 百歳体操	
	午後						13:30～ 百歳体操	
デイルーム	午前							
	午後							
講習室	午前						10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	
	午後						13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	
そ の 他								
		3	4	5	6	7	8	
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操	
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操	
デイルーム	午前	10:00～ 太 極 拳		10:00～ クロリティ			10:00～ 氣功体操A	
	午後				13:30～ 氣功体操B	13:30～ まいちゃんの墨彩画教室		
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	
そ の 他								
		10	11	12	13	14	15	
大広間	午前	休館日 (山の日)	10:00～ 11:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操	
	午後		13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操	
デイルーム	午前					10:00～ ボランティア	10:00～ クロリティ	
	午後			13:30～ 折り紙				
講習室	午前		10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	
	午後		13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	
そ の 他				14:00～ 老人クラブ役員会				
		17	18	19	20	21	22	
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操	
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操	
デイルーム	午前	10:00～ 太 極 拳					10:00～ 氣功体操A	
	午後					13:30～ まいちゃんの墨彩画教室		
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ おとなのぬり絵講座	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	
そ の 他								
		24	25	26	27	28	29	
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操 11:00～	10:00～ 百歳体操	
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操 14:30～	13:30～ 百歳体操	
デイルーム	午前	10:00～ 太 極 拳				10:00～ ボランティア		
	午後				13:30～ 氣功体操B			
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 健康セミナー(食中毒)	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	
そ の 他								
		31	センターでは月曜日～土曜日の、午前 11 時 30 分と午後 3 時 40 分にラジオ体操を行っています。 運動不足解消に、みんなでラジオ体操をしませんか？					※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定しているサークル活動や事業が、変更になる場合があります。
大広間	午前	10:00～ 百歳体操						
	午後	13:30～ 百歳体操						
デイルーム	午前							
	午後							
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ						
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ						
そ の 他								

都島区老人福祉センターをご存知ですか！！

～市内在住の60歳以上の方が利用できる施設です～

ご利用の際は、利用証のご提示をお願いいたします。お持ちでない方、ご本人確認書類（住所が確認できるもの）を持参し、来館してください。

《住 所》 大阪市都島区中野町4-2-24-108

《電話番号》 06-6354-0354

《開館時間》 午前10時～午後5時

《休 館 日》 日曜・祝日・年末年始 12/29～1/3

《交通機関》 市バス 都島区役所前で下車、西方向へ徒歩5分
市バス 中野町3丁目で下車、南方向へ徒歩4分



8月行事予定表

		月	火	水	木	金	土
							1
大広間	午前	☆センター内マスクの着用をお願いします。 ☆来館前には熱を測り、発熱や風邪の症状、強いだるさのある方は来館できません。 ☆入館時に手伝い・手指の消毒   					10:00～ 百歳体操
	午後						13:30～ 百歳体操
デイルーム	午前						
	午後						
講習室	午前						10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ
	午後						13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ
そ の 他							10:00～ 折り紙
		3	4	5	6	7	8
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操
デイルーム	午前	10:00～ 太極拳		10:00～ クロリティ			10:00～ 気功体操A
	午後				13:30～ 気功体操B	13:30～ まいちゃんの墨彩画教室	
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ
そ の 他							
		10	11	12	13	14	15
大広間	午前	休館日 (山の日)	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操
	午後		13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操
デイルーム	午前						
	午後			13:30～ 折り紙			
講習室	午前		10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ
	午後		13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ
そ の 他			14:00～ 老人クラブ役員会				
		17	18	19	20	21	22
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操
デイルーム	午前	10:00～ 太極拳					10:00～ 気功体操A
	午後					13:30～ まいちゃんの墨彩画教室	
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ おとなのぬり絵講座	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ
そ の 他							
		24	25	26	27	28	29
大広間	午前	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操	10:00～ 百歳体操
	午後	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操	13:30～ 百歳体操
デイルーム	午前	10:00～ 太極拳				10:00～ ボランティア	
	午後				13:30～ 気功体操B		
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 健康セミナー(食中毒)	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ
そ の 他							
		31	センターでは月曜日～土曜日の、午前11時30分と午後3時40分にラジオ体操を行っています。 運動不足解消に、みんなでラジオ体操をしませんか？ ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定しているサークル活動や事業が、変更になる場合があります。 予め、ご了承ください。				
大広間	午前	10:00～ 百歳体操					
	午後	13:30～ 百歳体操					
デイルーム	午前						
	午後						
講習室	午前	10:00～ 脳活・脳トレチャレンジ					
	午後	13:30～ 脳活・脳トレチャレンジ					
そ の 他							

都島区老人福祉センターをご存知ですか！！

～市内在住の60歳以上の方が利用できる施設です～

ご利用の際は、利用証のご提示をお願いいたします。お持ちでない方、ご本人確認書類（住所が確認できるもの）を持参し、来館してください。

《住所》 大阪市都島区中野町4-2-24-108

《電話番号》 06-6354-0354

《開館時間》 午前10時～午後5時

《休館日》 日曜・祝日・年末年始 12/29～1/3

《交通機関》 市バス 都島区役所前で下車、西方向へ徒歩5分
市バス 中野町3丁目で下車、南方向へ徒歩4分

