

角田総合 老人センター 10月号 VOL. 90

発行日 令和元年10月1日
編集発行 東大阪市社会福祉協議会
角田総合老人センター
所在地 東大阪市角田2-3-8
電話 072-962-8011
FAX 072-963-2020

10月22日(火)は、「即位礼正殿の儀」が行われ、祝日となるため **休館** となります。

お間違えのないようお願いいたします。

リフレッシュヨガ教室

日時：10月25日(金)
午後1時30分～3時
講師：シニアヨガ講師
齊藤 良子氏
持物：タオル・飲料水・あればヨガマット
定員：35名 ※申込多数の場合、抽選
申込：10月15日(火)～21日(月)
抽選：10月23日(水)

ニコニコ体操

日時：10月2日(水)
午前10時～11時30分
内容：『腰の痛み』を軽減する体操
講師：吉村 一二子氏
持物：バスタオルまたはヨガマット

DVD健康体操

日時：10月7日(月)
午後1時30分～2時30分
持物：バスタオルまたはヨガマット
飲料水

♪メロディうんどう教室♪

日時：10月10日(木)・23日(水)
午後1時30分～3時
内容：歌いながら椅子に座ってできる
簡単な運動

楽しくトライ体操

日時：10月18日(金)
午前10時～11時
持物：タオル・飲料水
動きやすい服装

みんなの体操ひろば

日時：10月25日(金)
午前10時～11時30分
持物：バスタオルまたはヨガマット
飲料水
講師：塙 孝一氏
内容：健康体操

90分でわかる おもしろ仏像講座!

日時：11月13日(水)
午後1時30分～3時
講師：古美術仏像研究会
主宰 樋口 隆秀氏
定員：50名 ※先着順
申込：10月16日(水)～

10月の新刊図書

一切なりゆき
～樹木希林のことば～・・・(樹木希林)
希望の糸・・・・・・・・・・(東野圭吾)
さよならの儀式・・・・・・・・(宮部みゆき)

カフェ悠友

日時：10月7日(月)
10月16日(水)
午前11時30分
午後3時30分

11月からの申込予告

- ・終活に関するセミナー
11月20日(水)
午後1時半～3時
申込：11月1日(金)～
- ・クッキング教室
11月29日(金)
午前10時～午後1時
申込：11月6日(水)～
- ・布ぞうり教室
12月10日(火)
1月14日(火)
1月28日(火)
午後1時～4時
申込：11月12日(火)～

映画鑑賞会 10月30日(水)

午前10時～ 午後1時～

『ビブリア古書堂の
事件手帖』

『SUNNY
強い気持ち・強い愛』

いきいき健康相談

日時：10月16日(水)
午後1時30分～3時
受付：当日午後2時30分迄

いきいきネット 相談支援センター

福祉にかかわることなら
お気軽にご相談ください。
TEL:072-962-8265
FAX:072-963-2020

忘れない 『ホンマかいな(-_-)』と 疑う心