

東大阪市立

# 五条老人センター

2021(令和3年) 11月号

発行元: 東大阪市社会福祉協議会 五条老人センター

所在地: 東大阪市五条町9番45号

電話: 072-985-3751

FAX: 072-986-7592

URL: www.heartnet-hoshakyo.org/

## ◆来館時のお願い 検温・健康チェックシートの記入・手指の消毒をお願いします◆

### ▽ちぎれ絵~干支(寅)~▽

日時: 11月30日(火)

午前9時30分~12時00分

場所: 2階 大広間

定員: 20名

講師: 下野 澄子 氏

材料費: 1,320円(税込)

持物: ハサミ・チューブ糊・鉛筆

受付: 11月1日(月)~11月15日(月)

(申込多数の場合は、11月16日(火)抽選になります)



### ▽ヨガ教室▽

日時: 11月17日(水)

午後2時30分~3時30分

場所: 2階 大広間

定員: 15名

講師: 山口 万寿 氏

費用: 無料

持物: ナシ

受付: 10月15日(金)~10月29日(金)

(申込多数の場合は、11月1日(月)

抽選になります)



### ▽▲バランス健康体操▽▲

日時: 11月10日(水)

①午前10時~11時30分

②午後1時~2時30分

定員: 各15名(申込先着順)

講師: 森田 瑞穂 氏

(健康体操インストラクター)

費用: 無料

持物: 汗拭きタオル・飲み物・5本指靴下

受付: 10月15日(金) 午前9時より

(次回の12月コース(12月15日)は、  
11月15日(月)受付開始【申込先着順】)



### ♪ミックスみゃーじゅく体操♪ (11月コース)

日時: 11月5日・26日(金)【2回開催】

午前10時~11時30分

場所: 2階 大広間

定員: 20名(申込先着順)

講師: I z u m i

費用: 無料

受付: 10月15日(金)より

(次回の12月コース(12月3日・17日)は、  
11月15日(月)受付開始【申込先着順】)



### 🍁🍁 エンジョイ(体操とゲーム)🍁🍁

日時: 11月8日(月)・12月13日(月)

午前10時~11時30分

場所: 2階 大広間

定員: 14名

講師: ボランティアグループ『エンジョイ』の皆さん

費用: 無料

受付: 終了

(次回2月・3月コースは、1月5日(水)~14日(金)受付)  
(申込多数の場合は、1月17日(月)抽選になります)



### ♪楽しくトライ体操♪

日時: 11月15日(月)・12月20日(月)

午前10時~11時30分

場所: 2階 大広間

定員: 20名

講師: ボランティアグループ『ダンシングクローバー』の皆さん

費用: 無料

受付: 10月15日(金)~10月29日(金)

(申込多数の場合は、11月1日(月)抽選になります)



### ☆健康相談☆

日時: 11月4日(木)

午後1時30分~3時30分

相談員: 早崎 葉子 氏

お気軽にご相談下さい!

### ~庭園清掃実施~

日時: 11月24日(水)

午前9時~(1時間程)

(雨天の場合は25日(木)に変更します  
どなたでも参加いただけます)

### ○そよかぜの会○

~ 冷え・むくみ予防 ~

日時: 11月16日(火)

午前10時~11時30分

場所: 2階 大広間

定員: 20名(申込先着順)

講師: 東保健センター

費用: 無料

受付: 10月19日(火)より

令和3年度クラブ活動発表会は  
中止とさせていただきます。



公的機関を装いATMで振り込みを  
させる還付金等詐欺が急増中!

### いきいきネット相談支援センター

当老人センターは、CSW(地域福祉相談員)配置施設です。  
身近なことで困っていることはありませんか?  
福祉に関することならお気軽にご相談ください。  
専用電話: 072-986-7673/FAX: 072-986-7592

.....お 願 い.....

当センター利用の際には、必ず事務所窓口で利用者証をご提出ください。利用者証を出さずに入館することのないようお願いします。紛失された方は、再発行しますので窓口までお越し下さい。  
駐車場には限りがありますので、予めご了承下さい。

# 11月 行事予定表

日	曜日	クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般			
		大広間	図書コーナー	多目的ルーム	
1	月	/華道			
2	火	折り紙/			
3	水	【 休 館 日 】文化の日			
4	木			/健康相談	
5	金	ミックスみゅーじっく/新舞踊			
6	土				
7	日	【 休 館 日 】			
8	月	エンジョイ/俳句			
9	火	水墨画/書道			
10	水	バランス健康体操			茶道
11	木	/手芸			
12	金				
13	土				
14	日	【 休 館 日 】			
15	月	楽しくトライ体操/華道			
16	火	そよかぜの会/			
17	水	/ヨガ教室			
18	木				
19	金	/新舞踊			
20	土				
21	日	【 休 館 日 】			
22	月	/書道			
23	火	【 休 館 日 】 勤労感謝の日			
24	水				茶道・庭園清掃
25	木	/手芸			
26	金	ミックスみゅーじっく/		/フラワーアレンジメント	
27	土				
28	日	【 休 館 日 】			
29	月	みんなの体操ひろば/			
30	火	ちぎり絵(干支) /			

※行事予定、及び部屋の使用が変更になることがありますのでご注意ください。

※行事の詳細につきましては、表面をご覧ください。