

東大阪市立

# 五条老人センター

2021(令和3年)12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◆

## ◆みんなの体操広場(なかよし)

日時: 12月27日(月)・1月24日(月)

午前10時~11時30分

定員: 20名

講師: 介護予防活動ボランティアグループ『なかよし』

費用: 無料 受付: 12月1日(水)~12月10日(金)  
(申込多数の場合は、12月13日(月)抽選になります)



## ◇会員募集◇

### 令和3年度 五条老人センター生きがい教室 (クラブ活動)

【募集クラブ】

詩吟・カラオケ・歌体操・民謡・初心者卓球教室  
(計5クラブ)

【クラブ活動期間】

- ・令和4年1月17日~3月31日
- ・入会希望者が定員を超えた場合は抽選(12月23日)

【募集期間・方法】

- ・令和3年12月15日(水)~22日(水)
- ・日曜・祝日を除く、午前9時~午後5時
- ・直接事務所にしてお申し込みください

## [NEW] 音楽療法

日時: 12月16日(木)

午後1時30分~2時30分

定員: 20名(申込先着順)

講師: 音楽療法士 岡本 美佳

費用: 無料 受付: 12月1日(水)より



2021 令和3年  
December

## ♪ミックスみゅーじっく体操(12月コース)♪

日時: 12月3日・17日(金)【2回開催】

午前10時~11時30分

定員: 20名(申込先着順)

講師: Izumi

費用: 無料

受付: 受付終了

(次回の1月コース『1月7日・21日(金)』は、  
12月1日(水)午前9時より受付開始(申込先着順))



## ★楽しくトライ体操(12月コース)★

日時: 12月20日(月)

午前10時~11時30分

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: 受付終了

(次回の1月・2月コース

『1月17日・2月21日(月)』)は、  
12月15日(水)~12月23日(木)受付  
(申込多数の場合は抽選)



## ◆スマホ教室(中級)◆

日時: 12月16日(木)・23日(木)【2回開催】

午前10時・11時・12時

(1回45分4人づつ3回に分けて開催)

講師: ドコモショップ瓢箪山店

副店長: 山中 博登 氏

定員: 各回4名(計12名)(申込多数の場合は抽選)

費用: 無料(スマホは用意します)

受付: 11月15日(月)~11月30日(火)

(申込多数の場合は12月1日(水)抽選になります)



## ▽▲バランス健康体操▽▲

日時: 12月15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: 11月15日(月)午前9時より

(次回の1月コース(1月26日)は、  
12月15日(水)午前9時より受付開始(申込先着順))



## ☆健康相談☆

日時: 12月2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!



不審な電話が  
枚岡警察本部より抜粋



## 🎈🎈エンジョイ(体操とゲーム)🎈🎈

日時: 12月13日(月)午前10時~11時30分

定員: 20名(受付終了)

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

持物: 汗拭きタオル・飲み物・あれば5本指靴下

次回の2・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)

## 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?

福祉に関わ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いたします。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。

# 令和3年12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	水				
2	木			/健康相談	
3	金	ミックスみゅーじっく/新舞踊			
4	土				
5	日	【 休 館 日 】			
6	月	/華道	<p style="text-align: center;"><b>★★12月のイベント申込み★★</b></p> <p>※そよかぜの会（開催日：1月18日（火）） 12月13日（月）午前9:00～受付開始 募集人数20名（申込先着順）</p> <p>※レジンを使ったキーホルダー作り 材料費200円 （開催日：1月13日（木）13時30分～15時30分） 12月20日（月）午前9:00～受付開始 募集人数10名（申込先着順）</p>		
7	火	折り紙/			
8	水				茶道
9	木	/手芸			
10	金				
11	土				
12	日	【 休 館 日 】			
13	月	エンゾイ/俳句			
14	火	水墨画/書道			
15	水	バランス健康体操			
16	木	/音楽療法		スマホ教室/	
17	金	ミックスみゅーじっく/			
18	土				
19	日	【 休 館 日 】			
20	月	楽々トライ体操/			
21	火				
22	水				
23	木			スマホ教室/	
24	金				
25	土				
26	日	【 休 館 日 】			
27	月	みんなの体操広場/華道		/フラワーアレンジメント	
28	火				
29	水	【 休 館 日 】			
30	木	【 休 館 日 】			
31	金	【 休 館 日 】			

※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。