

東大阪市立

# 五条老人センター

2022(令和4年)4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/

## ★楽しくトライ体操(4・5月コース)★

日時:4月18日(月)・5月16日(月)

午前10時~11時30分

定員:20名(申込多数の場合は抽選)

講師:ボランティアグループ『ダンシングクローバー』

費用:無料

受付:3月15日(火)~25日(金)

(申込多数の場合は抽選)

3月28日(月)抽選(当選者は連絡します)

## ◆エンジョイ(体操と楽しいゲーム)◆

日時:4月11日(月)・5月9日(月)

午前10時~11時30分

定員:21名(申込多数の場合は抽選)

講師:ボランティアグループ『エンジョイ』

費用:無料

受付:3月15日(火)~25日(金)

(申込多数の場合は抽選)

3月28日(月)抽選(当選者は連絡します)

## ◇みんなの体操広場(なかよし)◇

日時:4月25日(月)

午前10時~11時30分

定員:20名(申込多数の場合は抽選)

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:4月1日(金)~8日(金)

(申込多数の場合は抽選)

4月11日(月)抽選(当選者は連絡します)



2022

令和4年  
平成34 昭和97



## ☆健康相談☆

日時:4月7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!

五条老人センターの  
桜です



## ▼バランス健康体操▲

※2ヶ月(2回分)の申込になりました!

日時:4月27日(水)・5月25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(申込多数の場合は抽選)

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:4月1日(金)~4月8日(金)

4月11日(月)抽選(当選者は連絡します)

## ♪ミックスみゅーじっく体操♪

※2ヶ月(4回分)の申込になりました!

日時:4月8日(金)・22日(金)

5月13日(金)・27日(金)

午前10時~11時30分

定員:20名(申込多数の場合は抽選)

講師:| zumi

(音楽ヘルパー・オカリナ奏者)

費用:無料

持物:手拭い・飲み物・5本指靴下

受付:申込終了(次回は5月16日~受付開始予定)

## そよかぜの会

4月はお休みです

5月10日(火)

4月12日受付開始

## ~庭園清掃実施~

清掃ボランティアとして  
ご協力お願いします

日時:4月26日(火)

午前9時~(1時間程)

雨天の場合は27日(水)に変更します

庭園清掃が好きな方なら

どなたでも参加いただけます



## △健康つぼ講座△

日時:5月11日(水)

①午後1時~2時

②午後2時15分~3時15分

定員:各15名 講師:奥井 章生氏

費用:無料

受付:4月15日(金)~4月22日(金)

(申込多数の場合は、4月25日(月)抽選になります)

## ▽ヨガ教室▽

日時:5月19日(木)

午後2時30分~3時30分

定員:15名 講師:山口 万寿氏

費用:無料

受付:4月15日(金)~4月22日(金)

(申込多数の場合は、4月25日(月)抽選になります)

予告

## STOP! パスワード使い回し

1. IDやパスワードを複数のサイトで使い回さない
2. 大小英字と数字を組み合わせて長く複雑に
3. ワンタイムパスワード等の2段階認証を活用する
4. 金融機関等がパスワードを聞くことはありません

※大阪府警察本部サイバー犯罪対策課より

## いきいきネット相談支援センター

当老人センターは、CSW(コミュニティソーシャルワーカー)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にお願いします。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。

# 令和4年4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	金	/新舞踊			
2	土				
3	日	【 休 館 日 】			
4	月	/華道			
5	火	折り紙/詩吟			
6	水	カラオケ①/カラオケ②			
7	木			健康相談	
8	金	ミックスみゅーじっく/民謡			
9	土				
10	日	【 休 館 日 】			
11	月	エンジョイ/俳句			
12	火	水墨画/書道			
13	水			/初心者卓球教室	茶道
14	木	/手芸			
15	金	/新舞踊			
16	土				
17	日	【 休 館 日 】			
18	月	楽しくトライ体操/華道			
19	火	/詩吟			
20	水	カラオケ①/カラオケ②			
21	木				
22	金	ミックスみゅーじっく/民謡		/フラワーアレンジメント	
23	土				
24	日	【 休 館 日 】			
25	月	みんなの体操ひろば/			
26	火	水墨画/書道			庭園清掃
27	水	バランス健康体操		/初心者卓球教室	茶道
28	木	/手芸			
29	金	【 休 館 日 】 昭和の日			
30	土				

※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。