

東大阪市立

五条老人センター

2022(令和4年)5月号

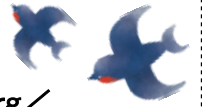
発行元:東大阪市社会福祉協議会 五条老人センター

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/



▼ 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

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:4月15日(金)~4月22日(金)【抽選】
(4月25日(月) 当選者に連絡します。)



5

2022

令和4年
平成34 昭和97

▲ 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

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:4月15日(金)~4月22日(金)【抽選】
(4月25日(月) 当選者に連絡します。)

◇ミックスみゅーじっく体操◇

日時:5月13日・27日(金)
午前10時~11時30分

定員:20名

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(あれば)

受付:申込終了(次回(6月/7月コース)は、
5月16日(月) 受付開始【抽選】)



■折り紙クラブの作品です

▽バランス健康体操▽

日時: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

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:申込終了

(次回は、6月1日(水) 受付開始【抽選】)

◆ エンジョイ ◆

(体操と楽しいゲーム)

日時:5月9日(月)
午前10時~11時30分

定員:21名

講師:ボラティアグループ『エンジョイ』

費用:無料

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:受付終了

(次回(6月/7月コース)は、
5月16日(月) 受付開始【抽選】)

★ 楽しくトライ体操 ★

日時:5月16日(月)
午前10時~11時30分

定員:20名

講師:ボラティアグループ

『ダンシングクローバー』

費用:無料

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:受付終了

(次回(8月コース)は、
7月15日(金) 受付開始【抽選】)

◆ みんなの体操広場 ◆

(なかよし)

日時:5月23日(月)
午前10時~11時30分

定員:20名

講師:介護予防ボラティアグループ

『なかよし』

費用:無料

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:受付終了(次回(6月/7月コース)

6月1日(水) 受付開始【抽選】)

○そよかぜの会○

~健脳エクササイズ~

日時:5月17日(火)
午前10時~11時30分

定員:20名

講師:東保健センター

費用:無料

持物:汗拭きタオル・飲み物

受付:4月12日(火)【先着順】

(次回(6月21日(火)分)は、
5月16日(月) 受付開始【先着順】)

◆ 6月の催事予告 ◆

※音楽療法

6月16日(木) 午前11時~12時

受付:5月16日(月)~5月20日(金) (抽選)

※まちかど測定

6月29日(水) ①午後1時30分~2時30分

②午後2時45分~3時45分

受付:6月1日(水)~(申込先着順)

~庭園清掃実施~

日時:5月24日(火)

午前9時~(1時間程)

雨天の場合は翌日25日(水)に変更します。

予告

その振り込み、 待った! 🐾

「振り込め詐欺」が
急増中!



※全国銀行協会ホームページより

いきいきネット相談支援センター

当老人センターは、CSW(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。

.....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。

令和4年5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	日	【 休 館 日 】			
2	月	/華道			
3	火	【 休 館 日 】 憲法記念日			
4	水	【 休 館 日 】 みどりの日			
5	木	【 休 館 日 】 こどもの日			
6	金	/新舞踊			
7	土				
8	日	【 休 館 日 】			
9	月	エンジョイ/俳句			
10	火	水墨画/書道			
11	水	/健康つぼ講座		/初心者卓球教室	茶道
12	木	/手芸			
13	金	ミックスみゅ-じっく/民謡			
14	土				
15	日	【 休 館 日 】			
16	月	楽しくトライ体操/華道			
17	火	そよかぜの会/詩吟		折り紙/	
18	水	カラオケ①/カラオケ②			
19	木	/ヨガ教室			
20	金	/新舞踊			
21	土				
22	日	【 休 館 日 】			
23	月	みんなの体操広場/			
24	火	水墨画/書道			庭園清掃
25	水	バランス健康体操		/初心者卓球教室	茶道
26	木	/手芸			
27	金	ミックスみゅ-じっく/民謡		/フラワーアレンジメント	
28	土				
29	日	【 休 館 日 】			
30	月				
31	火				

※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。