

東大阪市立

# 五条老人センター

2022年(令和4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/

## ♪ミックスみゅ〜じゅく体操

日時:12月9日(金)・23日(金)  
午前10時~11時30分

定員:20名[抽選]

講師:l z u m i

費用:無料

持物:手拭い・飲み物

受付:受付終了

(次回は12月15日(木)募集開始)



## 🎵 音楽療法

日時:12月2日(金)

午前11時~12時

定員:20名[抽選]

講師:音楽療法士

岡本 美佳 氏

費用:無料

受付:受付終了

## ※楽しくトライ体操

日時:12月19日(月)

午前10時~11時30分

定員:20名[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:12月1日(木)~12月8日(木)

(12月9日(金)当選者に連絡します)



## ●バランス健康体操

日時:12月21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[抽選]

講師:森田 瑞穂 氏

費用:無料

受付:12月1日(木)~12月8日(木)

(12月9日(金)当選者に連絡します)



## 師 走

# 12

2022

令和4年



## 🎵 エンジョイ[体操とゲーム]

日時:12月12日(月)

午前10時~11時30分

定員:21名[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:受付終了

(次回は1月5日(木)募集開始)



## ◆正月映画

(寅さん・釣りバカ日誌)

日時:1月12日(木)

①:午前10時~12時00分

②:午後1時30分~3時40分

定員:各25名(申込先着順)

受付:12月15日(木)~



## ○筆ペンで文字とお絵かきの「クリスマスランタン」作り

日時:12月20日(火)

午前10時~11時30分

定員:10名[申込先着順]

講師:かのん 氏

費用:500円

(ランツは、付いておりません)

受付:12月1日(木)~[申込先着順]



## ○自然素材で

## 「クリスマスリース」をつくろう」

日時:12月1日(木)

午後1時30分~3時30分

定員:15名[抽選]

講師:生駒ネイチャークラフトクラブ

吉岡 一成 氏

費用:1,200円 受付:受付終了

## ◆12月の申込み

※椅子に座っての「ヨガ 教室」

日時:1月30日(月)

午後:2時30分~3時45分

定員:15名(抽選)

受付:12月15日(木)~22日(木)

※そよかぜの会[フレイル予防について]

日時:1月17日(火) 午前10時~11時30分

定員:20名(抽選)

受付:12月15日(木)~22日(木)

※囲碁大会

日時:1月19日(木)

受付:12月15日(木)~(申込先着順)

## ■第27回将棋大会

日時:12月22日(木)



## 健康のつどい

日時:12月16日(金)

午後1時30分~3時

※参加は、8月に当選  
されていた方に限ります。

悪質な  
訪問勧誘  
(販売・買取・交換)

# お断り

大阪府消費生活センター・大阪府警察

## 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。

駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

# 令和4年12月 行事予定表

クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般					
日	曜日	大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的ルーム	その他
1	木		クリスマスリースを作ろう	健康相談	
2	金	音楽療法			
3	土				
4	日	【 休 館 日 】			
5	月		華道		
6	火	折り紙	詩吟		
7	水	カラオケ①	カラオケ②		
8	木	歌体操	手芸		
9	金	ミックスみゅ〜じっく	民謡		
10	土				
11	日	【 休 館 日 】			
12	月	エンジョイ	俳句		
13	火	水墨画	書道		
14	水			初心者卓球教室	茶道
15	木		新舞踊		
16	金		健康のつどい		
17	土				
18	日	【 休 館 日 】			
19	月	楽しくトライ体操			
20	火	筆ペンで文字とお絵かきの クリスマスランタン作り			
21	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②		
22	木		将棋大会		
23	金	ミックスみゅ〜じっく			
24	土				
25	日	【 休 館 日 】			
26	月	みんなの体操ひろば	華道	フラワーアレンジメント	
27	火				
28	水				
29	木	【 休 館 日 】	☆ことしも1年ありがとうございました。 来年は、1月4日(水)より開館します。 引き続きご利用よろしくお願ひします。		
30	金	【 休 館 日 】			
31	土	【 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下さい。

※行事の詳細につきましては、表面をご覧下さい。