



東大阪市立

五条老人センター

2023年(令和5年)1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/

寿



あけましておめでとうございます
本年もご来館よろしくお祈りします

◆eスポーツ体験会

(太鼓を使った
リズムゲーム)
(体を使った
スポーツゲーム)

日時: 1月6日(金)
午後1時30分~3時40分
定員: 10名
受付: 12月15日(木)~
(申込先着順)

◆正月映画◆

日時: 1月12日(木)
①: 午前10時~12時
(男はつらいよ 浪速の恋の寅次郎)
②: 午後1時30分~3時40分
(釣りバカ日誌
ハマちゃんスーさん瀬戸の約束)
定員: 各25名
受付: 12月15日(木)~(申込先着順)



※囲碁大会

日時: 1月19日(木)
12時集合(時間厳守)
場所: 2階 大広間
対象: 当センター利用者
費用: 無料
定員: 16名(申込先着順)
受付: 12月15日(木)~

★椅子に座っての「ヨガ体操」

日時: 1月30日(月)
午後2時30分~3時45分
定員: 15名(抽選)
講師: 山口 万寿氏
費用: 無料
受付: 12月15日(木)~22日(木)
(12月23日(金) 当選者に連絡します)

※みんなの体操広場

日時: 1月23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【なかよし】
費用: 無料
受付: 受付終了
(次回は2月1日(水) 募集開始)

※楽しくトライ体操

日時: 1月16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: 受付終了
※次回2月・3月コースは
1月5日(木)~12日(木) 受付

●バランス健康体操

日時: 1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(抽選)
講師: 森田 瑞穂氏
費用: 無料
受付: 受付終了
※2月・3月コースは、
1月5日(木)~12日(木) 受付



♪ミックスみゅ〜じゅく体操

日時: 1月13日(金)・27日(金)
午前10時~11時30分
定員: 20名(抽選)
講師: Izumi
費用: 無料
持物: 手拭い・飲み物
受付: 12月15日(木)~12月22日(木)
(12月23日(金) 当選者に連絡します)
※2月・3月コースは、
1月5日(木)~12日(木) 受付

○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)
講師: 東大阪市東保健センター
費用: 無料
受付: 受付終了
※次回2月コースは、
1月16日(月)~23日(月) 受付

☆消防訓練を行います ご参加をお願いします

1月13日(金) 午前9時30分~



絶対にない!

銀行員、役所職員、警察官が
キャッシュカードを預かる。
カードの暗証番号を尋ねる。
ことはありえるでしょうか?

ありえません!

大阪府警察本部防犯速報より

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5年1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	日	【 休 館 日 】			
2	月	【 休 館 日 】			
3	火	【 休 館 日 】			
4	水				
5	木				
6	金		eスポーツ体験会		
7	土				
8	日	【 休 館 日 】			
9	月	【 休 館 日 】 (成人の日)			
10	火	折り紙	俳句		
11	水				茶道 (初釜)
12	木	映画【男はつらいよ】	映画【釣りバカ日誌】		
13	金	ミックスみゅ〜じっく			消防訓練
14	土				
15	日	【 休 館 日 】			
16	月	楽しくトライ体操			
17	火	そよかぜの会	詩吟		
18	水	カラオケ①	カラオケ②	フラワーアレンジメント	
19	木		囲碁大会		
20	金		新舞踊		
21	土				
22	日	【 休 館 日 】			
23	月	みんなの体操ひろば			
24	火	水墨画	書道		
25	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②	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		
28	土				
29	日	【 休 館 日 】			
30	月		椅子に座っての『ヨガ体操』		
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。