

東大阪市立

# 五条老人センター

2023(令和5年) 2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  
 F A X : 072-986-7592  
 U R L : www. heartnet-hoshakyo. org/

## ◆ 会員募集

### 令和5年度 高齢者生きがい教室 (クラブ活動)

【クラブの種類】

華道、俳句、折り紙、詩吟、手芸、民謡  
カラオケ①②、ワワ-アル♪メト、新舞踊、歌体操、  
書道、茶道、初心者卓球教室、(計13クラブ)

【クラブ活動期間】

- ・ 令和5年4月1日～翌年3月31日(1年間)
- ・ 入会希望者が定員を超えた場合は抽選となります。

【募集期間・方法】

- ・ 令和5年2月1日(水)～28日(火)
- ・ 日曜・祝日を除く、午前9時～午後5時
- ・ **直接事務所にてお申し込みください(※不可)**



## ◆ スマホ講座 (応用編)

### ※ ご自分のスマホをレベルアップ (メーカーは問いません)

(ご自分の通信料はかかります。)

日時: 2月16日(木)

① 午前10時～12時

② 午後 1時～ 3時

定員: 各10名 **【抽選】**

講師: ソフトバンク(株) 黄瀬 清典 氏

費用: 無料

持ち物: 現在使用しているスマートフォン

受付: 2月1日(水)～2月9日(木)

## 卓球同好会が始まります

【活動期間】

- ・ 令和5年4月1日～翌年3月31日(1年間)
- ・ 入会希望者が定員を超えた場合は抽選となります。

【募集期間・方法】

- ・ 令和5年2月8日(水)～28日(火) **【抽選】**
- ・ 日曜・祝日を除く、午前9時～午後5時
- ・ **直接事務所にてお申し込みください(※不可)**

※ 詳細は、センターにお問い合わせください。

## ▲ 健康つぼ講座

日時: 2月2日(木)

午後1時～2時

定員: 20名

**【抽選】**

講師: 奥井 章生 氏

費用: 無料

持物: 汗拭きタオル

飲み物

受付: 1月16日(月)

～ 1月20日(金)

## ▽ バランス健康体操

日時: 2月22日(水)・3月22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**

(次回の4・5月ｺｰｽは、3月1日(水)

受付開始)

## ♪ ミックスみゅーじっく体操

日時: 2月10日・24日・3月10日・24日(金)

午前10時～11時30分

定員: 20名 **【抽選】**

講師: I zumi 費用: 無料

持物: 手拭い・飲み物・5本指靴下(あれば)

受付: **受付終了**

(次回の4・5月ｺｰｽは、3月1日(水) 受付開始)

## ○ そよかせの会

(歯と口の健康を)

守りましょう)

日時: 2月21日(火)

午前10時～11時30分

定員: 20名 **【抽選】**

講師: 東保健センター

費用: 無料

受付: 1月16日(月)～

1月20日(金)

## ※ 楽しくトライ体操

日時: 2月20日(月)・3月20日(月)

午前10時～11時30分

定員: 20名 **【抽選】**

講師: ホラティアグループ『ダンシングクローバー』

費用: 無料 受付: **受付終了**

(次回の4・5月ｺｰｽは、3月1日(水)

受付開始)

## ◆ みんなの体操広場(なかよし)

日時: 2月27日(月)・3月27日(月)

午前10時～11時30分

定員: 20名 **【抽選】**

講師: ホラティアグループ『なかよし』

費用: 無料

受付: 2月1日(水)～2月9日(木)

## 予告

### 音楽療法(3月)

3月2日(木) 午前11時～12時

(2月1日(水)から受付開始) **【抽選】**

電話番号 0120-924-839



警察庁・SOS47

特殊詐欺対策ページ

## ☆ 健康相談

日時: 2月2日(木)

午後1時30分～3時30分

相談員: 早崎 葉子 氏

・・・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、必ず窓口で検温・手指の消毒

健康チェックシートの記入をお願いします。

・車のご来館はご遠慮ください。公共機関等の利用をお願いします。

(バイク・自転車の駐輪場はご利用いただけません。)

# 令和5年2月 行事予定表

日	曜日	クラブ・教室・行事・一般			
		大広間(A M)	大広間(P M)	多目的ルーム	その他
1	水	カラオケ①	カラオケ②		
2	木		健康ツボ講座	/健康相談	
3	金		新舞踊		
4	土				
5	日	【 休 館 日 】			
6	月		華道		
7	火	折り紙	詩吟		
8	水			/初心者卓球教室	茶道
9	木	歌体操	手芸		
10	金	ミックスみゅ〜じっく	民謡		
11	土	【 休 館 日 】 (建国記念の日)			
12	日	【 休 館 日 】			
13	月	エンジョイ	俳句		
14	火	水墨画	書道	『あじさいの会』定例会/	
15	水	カラオケ①	カラオケ②	/フラワーアレンジメント	
16	木	スマホ教室①	スマホ教室②		
17	金		新舞踊		
18	土				
19	日	【 休 館 日 】			
20	月	楽々トライ体操	華道		
21	火	そよかぜの会	詩吟		
22	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
23	木	【 休 館 日 】 (天皇誕生日)			
24	金	ミックスみゅ〜じっく	民謡		
25	土				
26	日	【 休 館 日 】			
27	月	みんなの体操広場			
28	火	水墨画	書道		



※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。