

東大阪市立
五条老人センター
2023年(令和5年)9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/

♪ **ハッピーシニアの集い** ♪ 俵太鼓「飛龍」

日時: 9月29日(金)
午後1時30分~2時30分
受付: 9月1日(金)~7日(木)
抽選: 9月8日(金)
定員: 30名



《生きがいクラブ 会員追加募集》

華道・俳句・折り紙・詩吟・書道
茶道・カラオケ・手芸・民謡
フラワーアレンジメント・新舞踊

♪ **ミックスみゅ〜じゅく体操**
(呼吸を意識した椅子体操)

日時: 9月8日・22日(金)
午前10時~11時30分
定員: 20名
講師: Izumi

~10月・11月の開催~
日程: 10月13日・27日(金)
11月24日(金)
受付: 9月1日(金)~7日(木)
抽選: 9月8日(金)



★ **エンジョイ**
(お話・脳トレ・ゲーム)

日時: 9月11日(月)
午前10時~11時30分
定員: 21名
講師: ボランティアグループ【エンジョイ】

~10月の開催~
日程: 10月2日(月)
※11月はお休みです
受付: 9月1日(金)~7日(木)
抽選: 9月8日(金)

♥ **楽しくトライ体操**
(体操と楽しいゲーム)

日時: 9月4日(月)
午前10時~11時30分
定員: 20名
講師: ボランティアグループ
【ダンシングクローバー】

~10月・11月の開催~
日程: 10月16日・11月20日(月)
受付: 10月2日(月)~10日(火)
抽選: 10月11日(水)

◆ **みんなの体操広場**
(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

日時: 9月25日(月)
午前10時~11時30分
定員: 20名
講師: ボランティアグループ【なかよし】

~10月・11月の開催~
日程: 10月23日・11月27日(月)
受付: 10月2日(月)~10日(火)
抽選: 10月11日(水)

● **バランス健康体操**
(バランスボールを使ったストレッチ体操)

日時: 9月27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

~10月・11月の開催~
日程: 10月25日・11月22日(水)
受付: 10月2日(月)~10日(火)
抽選: 10月11日(水)

電話やメールでお金の話

「キャッシュカードの交換」
「ATMで還付金」…などなど

それは詐欺です!!



~庭園清掃~

日時: 9月26日(火)
午前9時~(1時間程度)
※雨天の場合は中止
ご協力よろしくお願ひいたします



☆ **健康相談** ☆

日時: 9月7日(木)
午後1時30分~3時
相談員: 引田 妙子 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(コミュニティ・サポート・センター)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

令和5年9月 行事予定表

日	曜日	クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般			
		大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的ルーム	その他
1	金		新舞踊		
2	土				
3	日	【 休 館 日 】			
4	月	楽しくトライ体操	華道		ダンシングクローバー例会
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体操	民謡		
9	土				
10	日	【 休 館 日 】			
11	月	エンジョイ	俳句		エンジョイ・レインボー例会
12	火	水墨画	書道	あじさいの会例会	
13	水			初心者卓球	茶道
14	木	歌体操	手芸	卓球同好会	
15	金		新舞踊		
16	土				
17	日	【 休 館 日 】			
18	月	【 休 館 日 】 敬老の日			
19	火		詩吟		
20	水	カラオケ①	カラオケ②	フラワーアレンジメント	
21	木				
22	金	ミックスみゅーじっく体操	民謡		
23	土	【 休 館 日 】 秋分の日			
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①	バランス健康体操②	初心者卓球	茶道
28	木		手芸	卓球同好会	
29	金		ハッピーシニアの集い		
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。