

東大阪市立
五条老人センター
2023年(令和5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/

将棋大会

日時:12月21日(木)
午後12時30分集合
定員:16名 <先着順>
受付:11月21日(火)~

奮ってご参加ください



映画観賞会

『殿、利息でござる!』
日時:12月27日(水)
午後1時30分~3時45分
定員:30名 <先着順>
受付:12月1日(金)~



♪ミックスみゅ〜じゅ〜体操
(呼吸を意識した椅子体操)

~12月・1月の開催~
日時:12月8日・22日(金)
1月12日・26日(金)
午前10時~11時30分
定員:20名 <受付終了>
講師:izumi

★エンジョイ
(お話し・脳トレ・ゲーム)

~12月の開催~
日時:12月11日(月)
※1月はお休みです
午前10時~11時30分
定員:21名 <受付終了>
講師:ボランティアグループ【エンジョイ】



♥楽しくトライ体操
(体操と楽しいゲーム)

~12月・1月の開催~
日時:12月18日・1月15日(月)
午前10時~11時30分
受付:12月1日(金)~6日(水)
抽選:12月7日(木)
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】

●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)

~12月・1月の開催~
日時:12月20日・1月24日(水)
①午前10時~11時30分
②午後1時~2時30分
受付:12月1日(金)~6日(水)
抽選:12月7日(木)
定員:各15名
講師:森田 瑞穂 氏

◆みんなの体操広場
(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

~12月・1月の開催~
日時:12月25日・1月22日(月)
午前10時~11時30分
受付:12月1日(金)~6日(水)
抽選:12月7日(木)
定員:20名
講師:ボランティアグループ【なかよし】

《1月の予定》※詳細は後日
♣あさひっこの子どもと
折り紙づくりをしましょう!
日時:1月25日(木)
午前10時~11時
受付:1月4日(木)~先着順
♣健康づくりのための体力測定会
日時:1月29日(月)
①午前10時~
②午後12時30分~
③午後2時30分~
受付:1月4日(木)
~1月10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

それは詐欺です!!



Merry Christmas

☆健康相談☆

日時:12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』
地域の身近な福祉の相談窓口
TEL:072-986-7673
FAX:072-986-7592

令和5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	金		
2	土				
3	日	【 休 館 日 】			
4	月		華道		
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	
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	楽しくトライ体操			ダンシングクローバー例会
19	火				
20	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②		
21	木		将棋大会		
22	金	ミックスみゅーじっく体操			消防訓練
23	土				
24	日	【 休 館 日 】			
25	月	みんなの体操ひろば			
26	火		華道	フラワーアレンジメント	
27	水		映画観賞会		
28	木				
29	金	【 休 館 日 】			
30	土	【 休 館 日 】			
31	日	【 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。