

角田総合老人センター

12月号 VOL.164

発行日 令和7年12月1日
 編集発行 東大阪市社会福祉協議会
 角田総合老人センター
 所在地 東大阪市角田2-3-8
 電話 072-962-8011
 F A X 072-963-2020

バランス健康体操教室 **※着!**

日時: 12月10日(水)
 ①午前10時~11時30分
 ②午後1時~2時30分
 講師: 健康体操インストラクター 森田 瑞穂氏
 持ち物: スポーツタオル・ヨガマット
 飲料水・あれば5本指の靴下
 定員: ①②各30名
 ①②いずれかをお選びください
 申込: 12月1日(月)~

けんこう運動見本市 **※着!**

申込受付中!

日時: 12月14日(日)
 午後1時30分~3時30分
 場所: 布施駅前リージョンセンター内
 夢広場(ヴェル・ノール布施5階)
 内容: 3日体操・健康チェック
 ボランティアグループの展示など
 定員: 100名

ボードゲームを楽しもう!! **抽選**

日時: 12月17日(水)
 午後1時30分~3時
 講師: 岸谷 惣次氏
 (ボードゲームカフェ代表)
 定員: 20名
 申込: 12月2日(火)~11日(木)
 当選発表: 12月12日(金)午後1時~

お孫さんとクリスマスクッキング **※着!**

日時: 12月20日(土)
 午前10時~午後1時
 講師: 東大阪地域活動栄養士会 林 聖子氏
 持ち物: エプロン・三角巾・タオル
 材料費: 1名 800円
 対象者: 市内在住の60歳以上の方と小学生
 定員: 12名(お孫さんとのペア優先です)
 申込: 12月3日(水)~16日(火)

クリスマスコンサート **抽選**

日時: 12月20日(土)
 午後1時30分~3時
 内容: ピアノ演奏と歌唱
 定員: 40名
 申込: 12月3日(水)~16日(火)
 当選発表: 12月17日(水)午後1時~

ユッキーズダンス **抽選**

日時: 12月17日(水)
 午後1時30分~3時
 講師: 認定ダンス指導員 角谷 有紀氏
 持ち物: タオル・飲料水
 定員: 30名
 申込: 12月2日(火)~11日(木)
 当選発表: 12月12日(金)午後1時~

12月の映画鑑賞会 **※着!**

花のお江戸の釣りバカ日誌

日時: 12月23日(火)
 ①午前10時~正午
 ②午後1時~3時
 定員: ①②各40名
 ①②いずれかをお選びください
 申込: 11月26日(水)~

みんなの体操ひろば **※着!**

日時: ①12月26日(金)
 ②1月23日(金)
 ①②各午前10時~11時30分
 講師: 埜 孝一氏
 持ち物: タオル・飲料水
 ヨガマット又はバスタオル
 定員: ①②各25名
 ①②いずれかをお選びください
 申込: 12月5日(金)~

笑っていこうや! 楽しくトライ体操 **抽選**

日時: 12月19日(金)
 午前10時~11時
 講師: 楽しくトライ体操推進員
 持ち物: タオル・飲料水
 定員: 40名
 申込: 12月2日(火)~11日(木)
 当選発表: 12月12日(金)午後1時~

カフェ悠友

日時: 12月1日(月)・26日(金)
 午前11時~午後3時
 場所: 角田総合老人センター1階だんらん室
 コーヒー・紅茶ほか(120円)

だん・DAN! ダンス教室 **抽選**

日時: 1月9日(金)
 午後2時~3時30分
 講師: 井坂 智佐子氏
 持ち物: タオル・飲料水
 定員: 40名
 申込: 12月15日(月)~23日(火)
 当選発表: 12月24日(水)午後1時~

DVD健康体操 **※着!**

日時: 1月13日(火)
 午前10時~11時
 内容: DVDを使ったヨガ体操
 持ち物: タオル・飲料水
 ヨガマット又はバスタオル
 定員: 30名
 申込: 12月22日(月)~

高齢者eスポーツ広場

現在オープン中です!
 時間: 午前10時~正午
 午後1時30分~3時30分
 内容: 太鼓・ボウリング・カーレース
 テニス・テーブルゲーム
 などから選べます

いきいき健康相談

日時: 12月17日(水)
 午後1時30分~3時
 受付: 当日午後2時30分まで

ほんとうに??
詐欺防止

いきいきネット相談支援センター

福祉にかかわることなら
 お気軽に相談ください。

TEL: 072-962-8265
 FAX: 072-963-2020

※対象者の記載がないものは、東大阪市在住の60歳以上の方が対象です。お申込みは、午前9時からお願い致します。