

角田総合老人センター

1月号 VOL.165

発行日 令和8年1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

笑っていこうや! 楽しくトライ体操

日時: 1月16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: 1月6日(火)~13日(火)
 当選発表: 1月14日(水)午後1時~



3B体操

日時: 1月21日(水)
 午後1時30分~2時30分
 講師: 日本3B体操協会
 公認指導者 森本 幸香子氏
 持ち物: タオル・飲料水
 定員: 30名
 申込: 1月6日(火)~13日(火)
 当選発表: 1月14日(水)午後1時~



賀年
 謹新

2026

旧年中は大変お世話になりました
 本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます
 皆様のご健康とご多幸を
 心よりお祈り申し上げます



新春ライブ

日時: 1月24日(土)
 午後1時30分~3時10分
 内容: ○チアダンス
 ○「河内小梅」による大道芸の
 披露と体験
 対象: 東大阪市在住の方
 定員: 40名
 申込: 1月6日(火)~13日(火)
 当選発表: 1月14日(水)午後1時~



おもしろ 仏像講座

日時: 1月27日(火)
 午後1時30分~3時
 講師: 古美術仏像研究会 主宰
 仏像ナビゲーター 樋口 隆秀氏
 持ち物: 筆記用具・飲料水
 定員: 30名
 申込: 1月6日(火)~




1月の映画鑑賞会

CINEMA
東京タワー
 オカンとボクと、時々、オトン
 日時: 1月30日(金)
 ①午前9時40分~正午
 ②午後1時~3時20分
 定員: ①②各40名
 ①②いずれかをお選び
 ください
 申込: 12月23日(火)~



ワンコイン生活サポーター

養成講座

 日時: 1月26日(月)
 午後1時~4時
 場所: 五条老人センター
 内容: 認知症サポーター養成講座
 ボランティア活動について
 ほか
 対象: 東大阪市在住、在勤、在学の方
 登録料: 500円

セルフケアヨガ教室

日時: 2月2日(月)
 午後2時~3時
 講師: セルフケアヨガ講師
 森 伸代氏
 持ち物: タオル・ヨガマット・飲料水
 定員: 25名
 申込: 1月19日(月)~27日(火)
 当選発表: 1月28日(水)午後1時~



DVD 健康体操

日時: 2月2日(月)
 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: 1月19日(月)~



申込受付中!

ニコニコ体操

日時: ①2月4日(水)
 ②3月4日(水)
 午前10時~11時30分
 内容: ①吉村 一子氏
 (肩コリ・首コリの解消)
 ②中保健センター(ラジオ体操)
 持ち物: タオル・飲料水
 定員: ①②各25名
 ①②いずれかお選びください
 申込: 1月21日(水)~



いきいき 健康相談

日時: 1月21日(水)
 午後1時30分~3時
 受付: 当日午後2時30分まで

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

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



詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止

うまい話に落とし穴

詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止

*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。