



角田総合老人センター 4月号 VOL.168

発行日 令和8年4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
FAX 072-963-2020

令和8年度 東大阪市
シニア地域活動実践塾

悠友塾

受講生募集!
抽選

期間：5月21日～令和9年2月4日
までの毎週木曜日
(第3週と8月は除く)

定員：○学習コース(40名)
○ITコース(20名)
○趣味コース(20名)

受講料：3,000円
申込：4月1日(水)～28日(火)
申込書に必要事項を記入のうえ、
郵送または持参
当選発表：入塾可の方のみに
5月中旬に郵送で通知

和楽コンサート

抽選

日時：4月18日(土)
午後1時30分～3時10分

内容：1部：大正琴・ギター
2部：日本舞踊

定員：50名
申込：4月1日(水)～9日(木)
当選発表：4月10日(金)午後1時～

開放スタート!

卓球で軽く汗を流したり、
マージャンでゆっくり頭の体操をしたり。
お気軽にお越しください♪

卓球 第1・3 火・水 曜日
第2・4 金曜日
午後1時30分～4時

健康マージャン
毎週 火・水 曜日
午前10時～午後4時

ユッキーズ・ダンス

抽選

日時：4月15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：4月1日(水)～9日(木)
当選発表：4月10日(金)午後1時～

笑っていこうや! 楽しくトライ体操

抽選

日時：4月17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：4月1日(水)～9日(木)
当選発表：4月10日(金)午後1時～

ボードゲームを楽しもう!!

抽選

日時：4月22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：4月1日(水)～9日(木)
当選発表：4月10日(金)午後1時～

4月の映画鑑賞会

注!

花まんま

日時：4月27日(月)
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：3月26日(木)～

みんなの体操ひろば

注!

日時：①4月24日(金)
②5月22日(金)
午前10時～11時30分

講師：塙 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：4月13日(月)～

DVD 健康体操

注!

日時：4月20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：4月7日(火)～

CAFE

カフェ悠友

日時：4月6日(月)・24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)

折り紙教室

兜(かぶと)を作ります!
注!

日時：4月24日(金)
午後1時30分～3時

講師：中里見 順子氏

材料費：800円
持ち物：のり・ハサミ・15cmのものさし

定員：8名
申込：4月8日(水)～

だん・DAN! ダンス♪教室

抽選

日時：5月1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：4月15日(水)～23日(木)
当選発表：4月24日(金)午後1時～

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

座ってできる! いすヨガ教室

抽選

日時：5月11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：4月15日(水)～23日(木)
当選発表：4月24日(金)午後1時～

いきいき 健康相談

日時：4月15日(水)
午後1時30分～3時

受付：当日午後2時30分まで

詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止

「騙されない」
そういう人ほど騙される

詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止詐欺防止

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
お気軽にご相談ください。

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。