

# 3月 いくみんの郷 あじさいセンターだよ!

発行：2022年3月1日  
 大阪市立生野区老人福祉センター  
 〒544-0021大阪市生野区勝山南4-7-35  
 TEL6712-2228 FAX6712-3528

センター事業・サークル活動は、今後の感染拡大状況によって、中止や変更の可能性がございます。ご了承ください。

## 令和4年度 健康セミナー【前期】全5回

開催日	タイトル
4月27日(水)	元気ワクワク健康教室 転ばぬ先の脚づくり(転倒予防)
5月25日(水)	带状疱疹の予防と治療
6月22日(水)	お口の健康から体の健康へ
7月27日(水)	高齢者に多い泌尿器疾患
9月28日(水)	高齢者の脳梗塞

**4/27(水)のみ午後1時30分開始。  
それ以外は午後2時開始です。**

**対象：**市内在住の60歳以上で  
原則として全5回参加できる方  
**場所：**2階 大広間  
**定員：**20名(先着順)  
**申込：**4月4日(月)午前10時～  
来館のうえ申込

※初めてセンターを利用される方は  
利用証の発行が必要となります。

**参加費  
無料**

【講師】  
生野区医師会  
大阪ガスグループ福祉財団

## 畳DEスリーアイズ大会

生野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業

**日時：**3月26日(土)午後1時～  
**場所：**2階大広間(受付：午前12時30分～)  
**対象：**区内在住60才以上の方で老人福祉センター利用者  
※センター利用が初めての方は利用証が必要です。  
**募集：**5チーム(先着順)※1チーム3～5名  
**競技：**リーグ総当たり戦  
**参加費：**無料  
**申込：**3月4日(金)午前10時～  
代表者が来館しチーム名とメンバー全員の  
氏名・年齢を記入のうえ申込。

スリーアイズは、老若男女を問わず楽しめる  
生野区発祥のニュースポーツです。

練習日を設けています。

◎日時：3月24日(木)午後1時～4時 ◎場所：2階 大広間

老人福祉センター利用証をお持ちの方なら、参加自由です。お試しや練習にご利用ください。

感染予防対策をとっての開催にご協力をお願いします。

## センターご利用について

引き続き感染予防対策が必要です。  
ご協力をお願いします。

- ★来館・退館時に手指消毒、館内ではマスク着用をお願いします。
- ★水分補給できるものを各自お持ちください。なお、水分補給以外の飲食は禁止です。
- ★サークル活動の際は、サークルごとに設けられた感染予防対策を守っていただくようお願いします。



## いきいき百歳体操 各クラス補充募集

- ◎開始：火・土クラス 4月5日(火)より  
水週一クラス 4月6日(水)より(予定)  
第1部10:05/第2部10:45  
(開催日が祝日・休館日、その他のセンター事業がある場合は休止します)
- ◎募集：火・土【第1部 2名 第2部 2名】  
水週一【第1部 4名 第2部 8名】  
(応募多数の場合公開抽選)
- ◎対象：市内在住60歳以上の方  
※センター利用が初めて場合は利用証の発行が必要  
年間を通して開催日に参加できます。但し、開催ボランティアを交替でお願いします。  
★他のクラスとの重複参加はできません。★

### 申込方法

**3月7日(月)午前10時～3月19日(土)の開館時間中**  
ご来館のうえ、センター事務所へ申込。※原則本人申込

申込多数の場合は、3月23日(水)午前11時15分から1階ロビーにて、館長または職員による公開抽選を行います。  
結果は、館内掲示と抽選日午後から電話での問合せを受付ます。

生野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業

## サークルおしらせ

### パッチワークサークルA・B サークル初期会員を募集します。

◎対象：市内在住60歳以上の方  
センター利用が初めての場合利用証の発行が必要です。

#### パッチワークA

第1金曜日 10:00～12:00  
※感染予防対策中は2班制  
◆定員20名 ☆未経験可☆  
◆会費 年1,000円

#### パッチワークB

第3金曜日 10:00～12:00  
※感染予防対策中は2班制  
◆定員20名 ☆経験者のみ☆  
◆会費 年1,000円

初期会員申込は、センター事務所へ  
3月4日(金)午前10時～3月18日(金)正午まで  
の開館中に、ご来館のうえお申込みください。  
※会費は、初回活動日(A4月1日/B4月15日予定)に徴収となります。

期間内に定員に満たない  
場合は、活動開始後、  
定員まで随時募集と  
なります。

### 書道サークルA・Bが合併します。

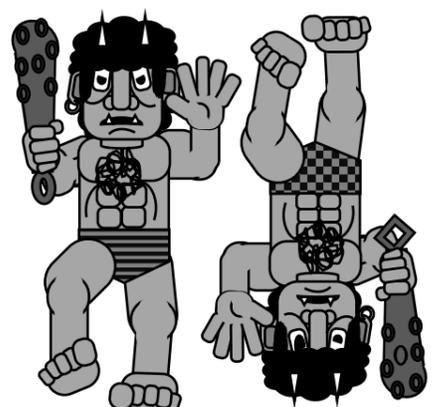
令和4年4月よりA・Bが合併し「書道サークル」となります。  
活動日は、第2月曜日午後1時30分からとなります。

### あたまの体操

【まちがいさがし きたえあわせ】

### きたえ【26個】

- 1.黒目の大きさ
- 2.金棒の◎部分のひとつが○
- 3.金棒の下の柄◎⇒◇
- 4.腹筋の割れ方が4つと6つ
- 5.パンツのもよう
- 6.あげている足が左右逆



# ☆ 3月行事カレンダー ☆

日	曜	サークル・行事	時間
1	火	百歳体操(火・土曜クラス) 詩吟サークル	10:05/10:45 13:30~15:30
2	水	百歳体操(週1クラス) フラダンスサークル 絵画サークル	10:05/10:45 13:00/14:00 13:30~15:30
3	木	謡曲同好会B・A	12:30/14:00
4	金	パッチワーク(初心者)	10:00/11:20
5	土	百歳体操(火・土曜クラス) ダンスシングルステップ(土) 俳句サークル	10:00/10:40 13:30~15:30 13:30~15:30
6	日	休館日	
7	月	▽健康体操3▽④ 書道サークルA 太極拳サークルA/B	10:00~ 13:30~15:30 13:00/14:30
8	火	百歳体操(火・土曜クラス) ★世話人会★ ダンスシングルステップ(火)	10:05/10:45 10:00/10:30 13:30~15:30
9	水	百歳体操(週1クラス) 新舞踊サークル	10:05/10:45 13:30~15:30
10	木		
11	金	華道サークル 3B体操サークルA・B	10:00~11:00 13:00/14:15
12	土	百歳体操(火・土曜クラス) 新民踊サークル 川柳サークル	10:05/10:45 13:30~15:30 13:30~15:30
13	日	休館日	
14	月	▽健康体操3▽⑤ 書道サークルB	10:00~ 13:30~15:30

### \*\*\* センター利用について \*\*\*

市内在住60歳以上の方が利用できます。  
 利用は原則無料(会費・教材費等は実費必要です)。  
 休館日は日曜日及び国民の祝日・休日、年末年始。  
 センターご利用の時、利用証が必要です。  
 初めての方は新規発行しますのでお申し出下さい。  
**※センター行事等に変更する場合があります**  
**※行事カレンダーの発行は毎月第2火曜日の世話人会**  
**での確認後、印刷・発行になりますのでご了承ください。**



# いくみんの郷 あじさいセンター

日	曜	サークル・行事	時間
15	火	百歳体操(火・土曜クラス) 詩吟サークル フラダンスサークル	10:05/10:45 13:30~15:30 13:00/14:00
16	水	百歳体操(週1クラス) 新舞踊サークル 絵画サークル	10:05/10:45 13:30~15:30 13:30~15:30
17	木	謡曲同好会B・A がちょうクラブ	12:30/14:00 12:30/14:00
18	金	パッチワーク2年	10:00/11:20
19	土	百歳体操(火・土曜クラス) ダンスシングルステップ(土)	10:00/10:40 13:30~15:30
20	日	休館日	
21	月	休館日	
22	火	百歳体操(火・土曜クラス) ダンスシングルステップ(火)	10:00/10:40 13:30~15:30
23	水	百歳体操(週1クラス) 新民踊サークル	10:05/10:45 13:30~15:30
24	木	手話サークル 謡曲同好会B・A 畳DEスリーアイズ(練習日)	10:00~11:30 12:30/14:00 13:00~
25	金	3B体操サークルA・B	13:00/14:15
26	土	百歳体操(火・土曜クラス) 川柳サークル ■畳DEスリーアイズ■	10:05/10:45 13:30~15:30 13:00~
27	日	休館日	
28	月		
29	火	百歳体操(火・土曜クラス) 太極拳サークルA/B	10:00/10:40 13:00/14:30
30	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
31	木		

### バンパー・ローテーション

定例日	事前登録	午前・午後	定員制	10:00~16:30
囲碁サークル				
定例日	事前登録制			10:00~16:30
将棋サークル				
定例日	事前登録制			10:00~16:30
卓球サークルA				
定例日	事前登録	活動人数制限		10:00~12:30
卓球サークルB				
定例日	事前登録	活動人数制限		13:30~16:00

行事カレンダーの活動日程はセンターだより発行時の予定となっています。  
 新型コロナウイルス感染拡大状況を考慮し、サークル活動が休止となる場合があります。  
 当センター及び、各サークル世話人に活動状況をお確かめのうえ、お越してください。  
 感染拡大予防へのご理解ご協力をお願いいたします。

いくみんの郷あじさいセンター