

3月 いくみんの郷 あじさいセンターだよ！

発行：2023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
TEL 6712-2228 FAX 6712-3528

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あります。ご了承ください。

令和6年度 健康セミナー【前期】全5回

【講師】

生野区医師会
大阪ガスクループ福祉財団

開催日	タイトル
①4月26日(水)	流行り歌ビクス
②5月24日(水)	関節疾患の治療と予防
③6月28日(水)	お口の健康
④7月26日(水)	虚血性心不全の治療と再発予防
⑤9月27日(水)	加齢による目の病気

①午後1時30分 ②～⑤午後2時開始

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
※初めてセンターを利用される方は利用証の発行が必要

参加費
無料

場所：2階 大広間

定員：20名（申込多数の場合抽選）

申込：4月3日(月)午前10時～17日(月)の開館中に
来館申込（原則本人申込）
申込多数の場合は、館長または職員による公開抽選

抽選 4月19日(水)午前11時～ 1階ロビー
結果は、抽選後館内掲示と午後から電話での
問合せを受付いたします。各自ご確認ください。

お楽しみ会(3月)

ハツラツ講習会

「動ける身体」を維持するためのお話と体操

3月22日(水)午後1時30分～

場所：2階 大広間

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

定員：12名(先着順)

申込：2月27日(月)午前10時～

来館申込

★申込状況をお問合せのうえお越しください。

サークル会員募集

書道サークル

講師：岩内 緑園 先生
活動日：第2月曜日 13:30～
会費：月500円

一緒に書を楽しみませんか。
ご興味のある方は、一度ご見学ください。
入会を希望される場合は、活動日に世話人
までお申込ください。

センター利用が初めての場合は、ご入会までに、まずは利用証をお作りください。

畳DEスリーアイズ大会

日時：3月18日(土)午後1時～
(受付：午前12時30分～)

場所：2階 大広間

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：8チーム(先着順) ※1チーム3～5名

競技：トーナメント(敗者復活戦あり)

※参加が5チーム未満の場合はリーグ戦

参加費：無料

申込：2月24日(金)午前10時～

代表者が来館のうえ①チーム名②代表者氏名・年齢・連絡先

③メンバーの氏名・年齢を記入し申込

★申込状況をお問合せのうえお越しください。

練習日を設けています。

◎日時：3月9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。

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。初めてのの方も参加可。教わりながらプレイしましょう。

いきいき百歳体操補充募集

火・土クラス 第1部10:05/第2部10:45

水週一クラス 第1部10:05

(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)

◎開始日：火・土/4月4日(火) 水曜週一/4月5日(水)

◎募集：火・土【第1部 2名 第2部 2名】

水週一【第1部 2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

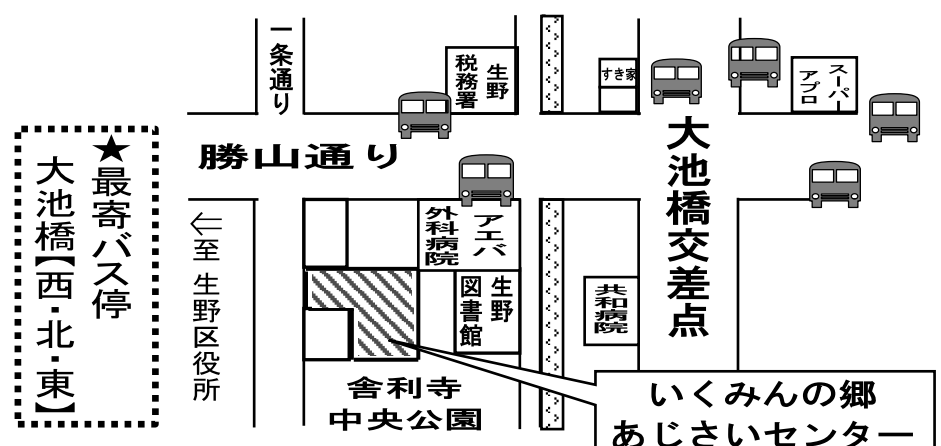
3月1日(水)午前10時～3月18日(土)の開館時間中

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22日(水)午前11時から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します。

生野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業



☆ 3月行事カレンダー ☆

日	曜	サークル・行事	時 間
1	水	百歳体操（週1クラス）	10:05/10:45
		フラダンスサークル	13:00/14:00
		絵画サークル	13:30～15:30
2	木	謡曲同好会B・A	13:00～15:30
3	金	カラオケサークル①③	10:00～12:00
		パッチワークA	10:00/11:20
		3B体操サークルA・B	13:00/14:15
4	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		ダンスシングルステップ(土)	13:30～15:30
		俳句サークル	13:30～15:30
5	日	休館日	
6	月	健康体操サークル	10:00～11:30
		ハーモニカサークル(会合)	10:00～12:00
		太極拳サークルA/B	13:00/14:30
7	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		詩吟サークル	13:30～15:30
		◇救急救命講習◇	13:30～
8	水	百歳体操（週1クラス）	10:05/10:45
		キーボードサークル	10:00～12:00
		新舞踊サークル	13:30～15:30
9	木	手話サークル	10:00～11:30
		畳DEスリーアイズ（練習日）	13:00～
10	金	カラオケサークル②④	10:00～12:00
		華道サークル	10:00～11:00
		民謡サークル	13:00～15:00
11	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		新民踊サークル	13:30～15:30
		川柳サークル	13:30～15:30
12	日	休館日	
13	月	書道サークル	13:30～15:30
14	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		★世話人会★	10:00/10:30
		ダンスシングルステップ(火)	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	水	百歳体操（週1クラス）	10:05/10:45
		キーボードサークル	10:00～12:00
		絵画サークル	13:30～15:30
16	木	新舞踊サークル	13:30～15:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
17	金	がちょうクラブ	12:30/14:00
		カラオケサークル①③	10:00～12:00
18	土	パッチワークB	10:00/11:20
		茶道サークル	13:30～15:30
19	日	畳DEスリーアイズ大会	13:00～
20	月	休館日	
21	火	太極拳サークルA/B	13:00/14:30
22	水	休館日	
23	木	百歳体操（週1クラス）	10:05/10:45
		キーボードサークル	10:00～12:00
		♪お楽しみ会♪	13:30～
24	金	手話サークル	10:00～11:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
		フラダンスサークル	13:00/14:00
25	土	カラオケサークル②④	10:00～12:00
		3B体操サークルA・B	13:00/14:15
		民謡サークル	13:00～15:00
26	日	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		新民踊サークル	13:30～15:30
		川柳サークル	13:30～15:30
27	月	休館日	
28	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		ダンスシングルステップ(火)	13:30～15:30
		詩吟サークル	13:30～15:30
29	水	百歳体操（週1クラス）	10:05/10:45
30	木	ダンスシングルステップ(土)	13:30～15:30
31	金		

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