

令和6年度

健康

セミナー

【前期】全5回

【講師】

生野区医師会
大阪ガスグループ福祉財団

開催日	タイトル
①4月24日(水)	は や うた 流行り歌ビクス
②5月22日(水)	こうれいしゃ こきゅうきしかんちりょう よぼう 高齢者の呼吸器疾患治療と予防
③6月26日(水)	ちょうせいちゅう 調整中
④7月24日(水)	ぎゃくりゅうせいしよくどうえん ちりょう よぼう 逆流性食道炎の治療と予防
⑤9月25日(水)	まも がんかしんりょう よぼう QOLを守るための眼科診療と予防

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：40名（申込多数の場合抽選）
申 込：4月1日(月)午前10時～13日(土)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17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。

い い き い 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1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9日(火) 水曜週1／4月10日(水)

◎募 集：火・土【第1部 1名 第2部 1名】
水週1【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をお願いします。
★他のクラスとの重複参加はできません。★

申込み方法

3月8日(金)午前10時～3月22日(金)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26(火)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

畳DEスリーアイズ 大会

日 時：3月23日(土) 午後1時～
(受付：午後12時30分～)

場 所：2階 大広間

対 象：市内在住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

申 込：2月22日(木)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

申込状況をご確認のうえお申込みください。

参加費
無 料

練習日あり ◎日時：3月11日(月)午前10時～午後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。

生野区発祥のユーススポーツです。初めの方も参加可。
スリーアイズは、老若男女を問わず楽しめる。
教わりながらプレイしましょう。

生野区高齢者のいきがいと健康づくり推進事業

バスで行く ものづくり体験&防災学習

淡路島お香づくり体験と野島活断層保存館見学

令和6年3月13日(水)

午前8時00分 生野区老人福祉センター集合(午前8時15分出発)

◎参加費 おひとり 6,000 円

◎定 員 80 名(先着順)

◎対 象 生野区内在住60歳以上の方

※老人福祉センター利用証をお持ちでない場合は、
利用証の発行が必要となります。

申込方法

3月8日(金)まで申込受付中

申込場所：生野区老人福祉センター
★初日のみ1階 講習室Ⅰにて受付開始
以降は、事務所にて受付

申込方法：来館のうえ参加費を添えて申込。
申込時、センター利用証をご持参ください。

★本人を含め2名まで、申込可。
2名分申込まれる方は、
2名分の利用証、2名分の参加費、
2名分の申込書記入(住所・氏名・年齢)
が必要ですので、ご用意のうえお越しください。

★バス座席位置は選択できません。
但し、2名申込の方は、隣席確約されます。

おんがく つど つがるじゃみせん みんよう しら

「音楽の集い～津軽三味線と民謡の調べ～」開催



2月14日(水)リゲッタIKUNOホールにて開催しました。迫力ある三味線や切ない
音色の胡弓、各地の民謡そして面白いお話に皆さん引き込まれ、最後には会場から
アンコールの声があがるほど楽しい集いとなりました。
演目の中には石川県の民謡があり、お話の中でも
地震のことについて触れられていました。
会場には募金箱を設置、令和6年能登半島地震の
募金を行い、参加された多くの方にご協力いただき
ました。ありがとうございました。

生野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業
いくみんの郷あじさいセンター(生野区老人福祉センター)
生野区老人クラブ連合会(いくのゆうゆうクラブ)





3月行事カレンダー



いくみんの郷 あじさいセンター



日	曜	サークル・行事	時 間
1	金	カラオケサークル	10:00～12:00
		パッチワークサークルA	10:00～12:00
		3B体操サークル	13:30～15:00
2	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		ダンスサークルA	13:30～15:30
		俳句サークル	13:30～15:30
3	日	休館日	
4	月	健康体操サークル	10:00～11:30
		ハーモニカサークルA	10:00～12:00
		太極拳サークル	13:00～14:30
5	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		太極拳サークル	13:00～14:30
		詩吟サークル	13:30～15:30
6	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
		フラダンスサークル	13:00～15:00
		オカリナサークルA	13:00～15:00
		絵画サークル	13:30～15:30
7	木	コリア文化体験(メドゥプ)講習会	10:00/13:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
8	金	カラオケサークル	10:00～12:00
		華道サークル	10:00～11:00
		3B体操サークル	13:30～15:00
		民謡サークル	13:00～15:00
9	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
10	日	休館日	
11	月	▽スリーアイズ練習日▽	10:00～16:00
		ハーモニカサークルB	10:00～12:00
		書道サークル	13:30～15:30
12	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		★世話人会★	10:30～
		ダンスサークルB	13:30～15:30
13	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
		新舞踊サークル	13:30～15:30
		オカリナサークルB	13:30～15:30
		ものづくり日帰りバス	8:00 集合

*** 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。

日	曜	サークル・行事	時 間
14	木	手話サークル	10:00～11:30
15	金	カラオケサークル	10:00～12:00
		パッチワークサークルB	10:00～12:00
		茶道サークル	13:30～15:30
16	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		ダンスサークルA	13:30～15:30
17	日	休館日	
18	月	ハーモニカサークルA	10:00～12:00
		太極拳サークル	13:00～14:30
19	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		フラダンスサークル	13:00～15:00
		詩吟サークル	13:30～15:30
20	水	休館日	
21	木	謡曲同好会B・A	13:00～15:30
		がちょうクラブ	13:00～14:30
22	金	カラオケサークル	10:00～12:00
		3B体操サークル	13:30～15:00
		民謡サークル	13:00～15:00
23	土	◎畳DEスリーアイズ大会◎	13:00～
24	日	休館日	
25	月	ハーモニカサークルB	10:00～12:00
26	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		ダンスサークルB	13:30～15:30
27	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
28	木	手話サークル	10:00～11:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
29	金		
30	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		川柳サークル	13:30～15:30
		新民踊サークル	13:30～15:30
31	日	休館日	



バンパー・ローテーション

開館日	10:00～16:30
囲碁サークル	
開館日	10:00～16:30
将棋サークル	
開館日	10:00～16:30
卓球サークルA	
開館日の月～金	10:00～12:30
卓球サークルB	
開館日の月～金	13:30～16:00