

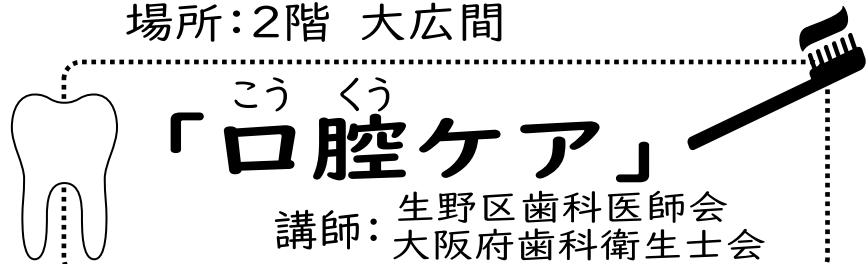


いくみんの郷あじさいセンターだより 6月

発行：2024年6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

令和6年度 健康セミナー【前期】第3回

日時：6月26日(水)午後2時～
 場所：2階 大広間



「口腔ケア」

講師：生野区歯科医師会
 大阪府歯科衛生士会

当日聴講可能(人数限定)ですが、資料などは
 さしあげられません。ご了承ください。

輪投げ大会

日時：6月27日(木)
 午後1時30分～

場所：2階 大広間
 対象：市内在住60才以上の方
 ※センター利用が初めての場合利用証の発行が必要
 定員：40名(先着順)

申込：6月3日(月)午前10時～来館にて申込。

練習日を設けています！

どんなかんじかな？というお試しや、
 大会にむけての練習にご利用ください。お気軽にご参加ください！

★日時：6月10日(月)午前10時～午後4時
 ★場所：2階 大広間

令和6年度 健康ダンス全5回

ダンスで身体を動かしながら認知機能UP！
 初回に講師の指導を受けダンスに挑戦、その後は指導映像と記憶を頼りに踊ります。

日程 ①7月11日 ②7月18日 ③7月25日
講師指導でダンス体験
 ④8月1日 ⑤8月8日
 いずれも木曜日【前半/午前10時・後半/午前11時】

場所 2階 大広間

対象 市内在住60歳以上、全5回参加できる方

センター利用が初めての場合は、利用証の発行が必要です。
 ただし、医師から運動をとめられている方、血圧180/110mmHg
 脈拍110回/分以上の方はご参加いただけません。

定員 28名(前半14名/後半14名) 申込多数の場合抽選
 ※申込が一定数以下の場合、合併し1クラスとなる可能性があります。

申込 6月7日(金)午前10時～21日(金)の開館中に
 来館のうえ前半後半を選択し申込(原則本人申込)

定員を超える場合は、館長または職員による公開抽選

抽選日：6月26日(水)午前11時～
 場所：1階 ロビー

結果は1階ロビーに掲示および抽選日午後から電話にて
 結果問合せを受付します。各自ご確認ください。

工作ボランティア講習 全2回 「つまみのお花と三角ユニットおりがみ」

- ① 7月26日(金)午後1時30分～
 基本の作り方
- ② 8月22日(木)午後1時30分～
 復習・アレンジ 小夏まつり準備

○場 所：1階 講習室I

○参加費：300円(材料費)

○募 集：20名(先着順)

○申 込：6月17日(月)午前10時～
 来館の上参加費を添えて申込

講習に参加して、8月下旬開催予定の『小夏まつり』で
 工作ボランティアしてみませんか。2回目はアレンジと復習、
 小夏まつり準備のお手伝いをお願いします。
 考えながら手指を動かすことで脳の活性化にもつながります。

サークル会員募集

老人福祉センター利用者が対象となります。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。
 サークル入会をご希望の方は、活動日に一度ご見学のうえ、
 サークル世話人へ入会をお申し出ください。

フラダンス ポポハウ サークル

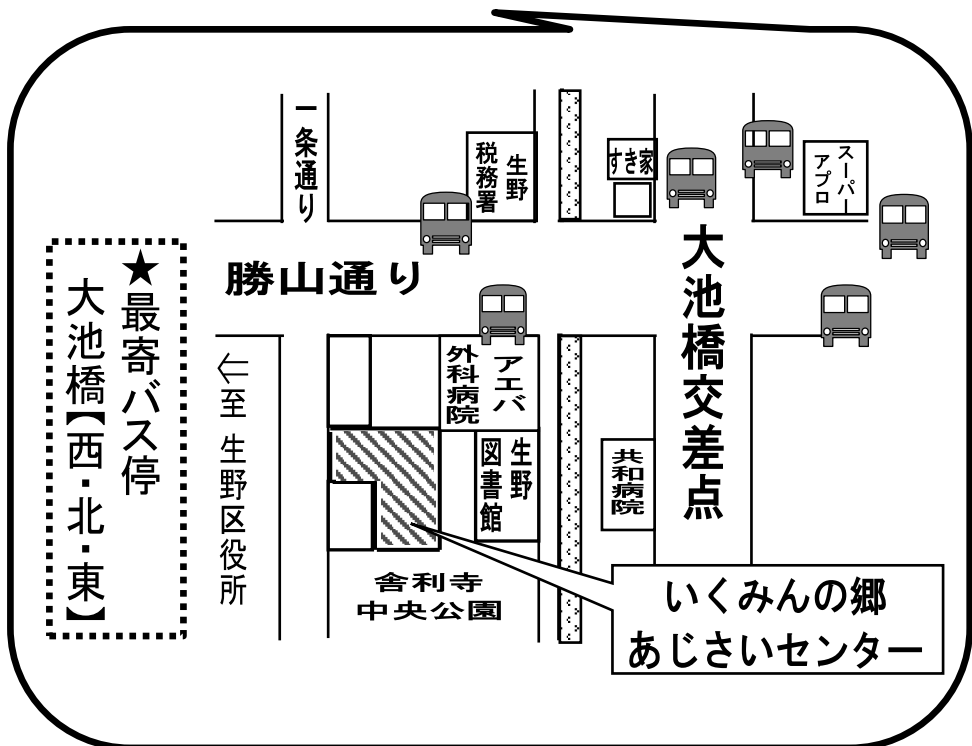
- ☆ 講 師 川島 晶子 先生
- ☆ 活動日 第1水曜・第3火曜 13:00～14:30
- ☆ 会 費 年会費1,500円 月謝 3ヶ月1,500円
- ☆ 募 集 若干名

一緒に楽しみましょう！

書道 サークル

- 講 師 岩内 緑園 先生
- 活動日 第2月曜日 13:30～15:30
- 会 費 月500円
- 募 集 5名

講師が丁寧に指導していただきます。初心者大歓迎です。
 和気あいあいとした雰囲気、楽しく活動しています。
 皆様のご参加お待ちしております。



6月行事カレンダー

日	曜	サークル・行事	時 間
1	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
2	日	休館日	
3	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
4	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
5	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	13:00～14:30
		オカリナサークルA	13:00～15:00
		絵画サークル	13:30～15:30
6	木	手話サークル	10:00～11:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
		❀お楽しみ会(6月)❀	13:30～
7	金	カラオケサークル(独唱会)	10:00～
		パッチワークサークルA	10:00～12:00
8	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
9	日	休館日	
10	月	ハーモニカサークルB	10:00～12:00
		◎輪投げ練習◎	10:00～16:00
		☆絵手紙講習会①☆	10:00～
11	火	書道サークル	13:30～15:30
		百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		★世話人会★	10:30～
12	水	ダンスサークルB	13:30～15:30
		百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
		新舞踊サークル	13:30～15:30
13	木		
14	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

*** 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	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
16	日	休館日	
17	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
18	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		フラダンスサークル	13:00～14:30
		詩吟サークル	13:30～15:30
19	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
		オカリナサークルB	13:30～15:30
20	木	絵画サークル	13:30～15:30
		謡曲同好会B・A	13:00～15:30
21	金	がちょうクラブ	13:00～14:30
		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
22	土	茶道サークル	13:30～15:30
		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
23	日	川柳サークル	13:30～15:30
		休館日	
		休館日	
24	月	ハーモニカサークルB	10:00～12:00
		☆絵手紙講習会②☆	10:00～
25	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
26	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
		◆健康セミナー◆	14:00～
27	木	手話サークル	10:00～11:30
		◎輪投げ大会◎	13:30～
28	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
29	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
30	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