

# いくみんの郷あじさいセンターだより 10月

発行：2024年10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

開催日	タイトル
10月23日(水)	オーラルフレイル
11月27日(水)	薬のこと
12月25日(水)	腎臓病の治療と予防
令和7年 1月22日(水)	高齢者のめまいの原因は？治療と予防
2月26日(水)	地域包括支援の役割

令和6年度

## 健康セミナー【後期】

受講生募集

参加費無料

★開始はすべて午後2時からです。

※タイトルは変更となる場合があります。ご了承ください。

講師：生野区医師会・生野区歯科医師会  
 生野区薬剤師会・生野区社会福祉協議会

- 対象 市内在住60才以上、全5回参加できる方  
※センター利用が初めての場、利用証の発行が必要
- 場所 2階 大広間
- 定員 50名(応募者多数の場合抽選)
- 申込 10月1日(火)午前10時～12日(土)の開館中  
来館のうえ申込(原則本人申込)

応募者多数の場合は、館長または職員による公開抽選  
**抽選：10月16日(水)午前11時～**  
抽選後、館内掲示と午後から電話での結果  
 問合せを受付しますので、各自ご確認ください。

## 健康セミナー【後期】第1回

10月23日(水)午後2時～

「オーラルフレイル」

講師：生野区歯科医師会

当日聴講を若干名受付します。但し、聴講のみで資料などは原則お渡しできません。  
 開始時間までにお越しのうえセミナー受付にお申込みください。※開始後は受付不可。

お楽しみ会(11月)

## 金融被害未然防止

金融にかかわる方々からみた、特殊詐欺被害についてのお話が聞けます。  
 どのような手口が使われているか等知識を深め被害を防止しましょう。

- ◎日時 11月13日(水)午後1時30分～
- ◎場所 1階 講習室I
- ◎講師 リそな銀行 担当者
- ◎対象 市内在住60歳以上の方  
※センター利用が初めての場、利用証の発行が必要です。
- ◎定員 20名(先着順)
- ◎申込 10月15日(火)午前10時～来館申込

参加費無料

## アロマストレッチ講習 全4回

メディカルアロマとストレッチやマッサージで  
 スタスタ歩ける脚と疲れ知らずの身体を作ります。

- ① 11月15日 ② 11月29日 ③ 12月6日 ④ 12月20日  
いずれも金曜日 午後1時30分～
- 講師 大倉 恵子 先生

- 場所 1階 講習室I
- 対象 市内在住60歳以上の方、原則全4回参加できる方  
※センター利用が初めての場利用証の発行が必要です。
- 定員 16名(先着順)
- 参加費 1,500円
- 申込 10月17日(木)午前10時～  
参加費を添え来館申込(原則本人申込)

## 第24回 いくみんの郷あじさいセンター

# 文化祭

開催期間中は、  
 どなたでもお入り  
 いただけます。

11月7日(木) 10:00 → 16:00  
 8日(金) 10:00 → 15:00

### 作品展 一般出展作品募集

11月7日(木)・8日(金)展示

手芸・絵画・俳句・工作など作品ジャンルは問いません。ただし、展示スペースに限りがありますので、大型のものは1点とさせていただきます。  
 事前に作品種類をお知らせください。

- \*対象 市内在住60歳以上の方
- \*期間 10/1(火)～10/21(月)  
午前10時～午後4時
- \*作品 お1人2点まで
- \*応募 出品物を事前連絡のうえ、  
来館にて受付

文化祭の  
 設営(11/5)、片付け(11/9)  
 ボランティアを募集しています。  
 ご協力いただける方はセンター  
 事務所までお知らせください。  
 ご協力をお願いします。

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

文化祭 作品展(11/7・8)に、  
 生け花を出展します。

文化祭 作品展(11/7・8)に、  
 書を出展します。

文化祭 演芸会(11/7)に出演。  
 日頃の成果を発表します。

## スリーアイズ講習会

日時：令和6年11月30日(土)  
 午後1時～

場所：生野区老人福祉センター  
 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または  
 生野区老人クラブ連合会会員  
 募集：14名(先着順)  
(センター、老人クラブ各7名程度)

申込：10月8日(火)午前10時～来館申込  
※生野区老人クラブ連合会会員は  
 連合会長を通じて申込

共催：生野区老人クラブ連合会(いくのゆうゆうクラブ)

参加費無料

スリーアイズをプレイしたい方があれば、詳しい  
 ルールはわからない方が多いので、参加したい方の  
 審判方法を学ぶという目的で、スリーアイズが楽しくなります。

## 華道 未生流

講師 筏谷 信甫 先生  
 活動日 第2金曜日  
午前10時～11時  
 会費 会員人数割  
お花代1,100円  
 (特別月あり)

四季折々の草花をいけて  
 います。一緒にお花を  
 楽しみませんか。どうぞ、  
 お気軽にお越しください。

## 書道 しょどう

講師 岩内 緑園 先生  
 活動日 第2月曜日  
午後1時30分～3時30分  
 会費 月500円  
 募集 8名

講師が丁寧に指導してくだ  
 さいます。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。皆さん  
 のご参加をお待ちしております。

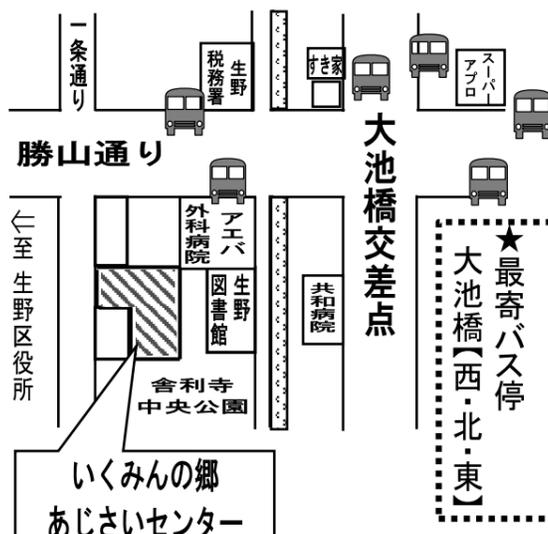
## 3B体操

講師 砂川 三代 先生  
 活動日 第2・4金曜日  
午後1時30分～3時  
 会費 月600円  
(3ヶ月1,800円)

ボール・ベル・ベルダーという  
 道具を使用して体操します。  
 皆で一緒に楽しく  
 身体を動かしませんか？

## サークル会員募集

老人福祉センターサークル入会には、センター利用証の発行が必要です。入会は、活動日に  
 一度ご見学のうえ、各サークル世話人までお申出ください。



# 📅 10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	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
2	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
3	木	🌸お楽しみ会(10月)🌸	10:00~
		謡曲同好会B・A	13:00~15:30
4	金	カラオケサークル(独唱会)	10:00~12:00
		パッチワークサークルA	10:00~12:00
5	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
6	日	休館日	
7	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	13:00~15:00
		書道サークル	13:30~15:30
8	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
9	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
10	木	手話サークル	10:00~11:30
11	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
12	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
13	日	休館日	
14	月	休館日	
15	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

日	曜	サークル・行事	時間
16	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
		絵画サークル	13:30~15:30
17	木	♪健康ダンスTVクラス-①♪	10:10/11:00
		がちょうサークル	13:00~14:30
		謡曲同好会B・A	13:00~15:30
18	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
19	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
20	日	休館日	
21	月	ハーモニカサークルA	10:00~12:00
		太極拳サークル	13:00~15:00
22	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		☆絵手紙講習会2-①☆	10:00~
		ダンスサークルB	13:30~15:30
23	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~
24	木	手話サークル	10:00~11:30
25	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
26	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
27	日	休館日	
28	月	ハーモニカサークルB	10:00~12:00
29	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		☆絵手紙講習会2-②☆	10:00~
30	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
		オカリナサークルA	13:00~15:00
31	木	♪健康ダンスTVクラス-②♪	10:10/11:00

### \*\*\* 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。**

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
---------	-------------