



いくみんの郷あじさいセンターだより 6月

発行：2025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

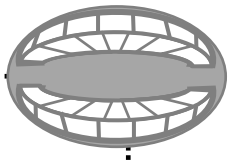
令和7年度 健康セミナー【前期】第3回

日時：6月25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(老人福祉センター利用者対象)です。
 ただし、聴講のみで、資料などは原則お渡しできません。
 聴講をご希望の方は、当日開始までに大広間受付にて
 お申込みください。



輪投げ大会

日時：6月26日(木)
 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：40名(先着順)

申込：5月28日(水)午前10時～来館にて申込。

参加費
無料

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5日(木)午前10時～午後4時

★場所：2階 大広間

eスポーツ体験講座

ゲームで、たのしみながら脳を活性化。ぜひ、挑戦してください。

日時：7月7日(月)午後1時30分～

場所：1階 講習室 I

対象：市内在住60歳以上の方

センター利用が初めての方は利用証の発行が必要です。

定員：16名(先着順)

申込：6月13日(金)午前10時～来館申込

参加費
無料



健康ダンス TV1 全5回



日程 ①9月4日 ②9月18日 ③10月2日
 ④10月16日 ⑤10月30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

開催協力していただけの方

センター利用が初めての場合、利用証の発行が必要です。

※医師から運動をとめられている方はご参加いただけません。

定員：20名(前半10名/後半10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：7月10日(木)午前10時～8月2日(土)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)

参加費
無料

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：8月6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。



栽培ボランティア講習

みんなでプランター栽培 in センター

当センター敷地内にてプランターで花や野菜を栽培し、センターの緑化や
 子ども食堂などへの寄付を行なうことを目的としたボランティア育成講習です。

日時：①「花を植えよう」 6月17日(火) 午前10時～

②「野菜を植えよう」6月24日(火) 午前10時～

・・・以降、6月下旬～11月頃まで

生育状況によって収穫や手入れをします。

対象：市内在住60歳以上で、水やりなど栽培作業を交替で担える方

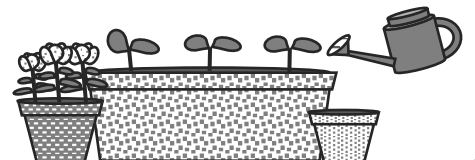
※センター利用が初めての場合、利用証の発行が必要です

定員：10名(先着順)

申込：5月28日(水) 午前10時～

来館申込

参加費
無料



6月より、いきいき百歳体操火・土クラス 第2部が「ビジター参加」可能となります。



当日参加受付可能。固定枠申込(年2回)までの期間利用やお試しにご利用ください。

■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

■開始：6月3日(火)午前10時45分からの火曜または土曜日

■定員：固定枠参加者を含めて22名まで

(ビジター参加可能数は、当日固定枠参加数で変動)

■参加方法：固定枠優先で残り数を先着順。

第1部終了後、第2部参加簿の「ビジター参加」に氏名・性別を
 参加の都度記入。 ※参加されるご本人がご記入ください。

他の百歳体操クラス固定枠の方は、重複参加できません。



工作ボランティア講習 全2回 「編みひも飾りとポチ袋」

① 7月22日(火) 午後1時30分～

基本の作り方

② 8月19日(火) 午後1時30分～

復習・アレンジ 小夏まつり準備

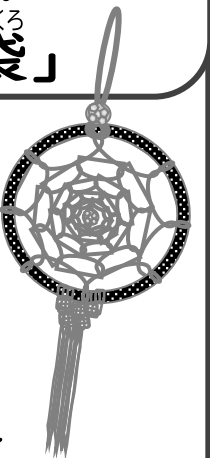
○場所：1階 講習室 I

○参加費：250円(材料費)

○募集：20名(先着順)

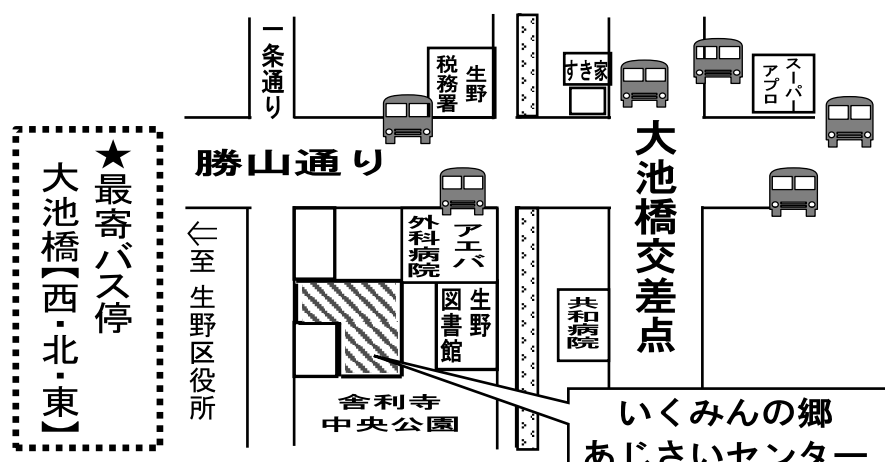
○申込：6月16日(月) 午前10時～

参加費を添えて来館申込



工作やおりがみは、考えながら手指を動かすので脳の活性化につながります。

8月下旬開催予定「小夏まつり」当日の工作ボランティア協力は任意ですが、
 ボランティア養成講習のため、復習や小夏まつり事前準備が含まれています。



☺ 6月行事カレンダー ☔

日	曜	サークル・行事	時 間
1	日	休館日	
2	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
3	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
4	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
		オカリナ同好会	13:30～15:30
		絵画サークル	13:30～15:30
5	木	手話サークル	10:00～11:30
		◎ 輪投げ練習日 ◎	10:00～16:00
6	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
7	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
8	日	休館日	
9	月	ハーモニカサークルB	10:00～12:00
		書道サークル	13:30～15:30
10	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
11	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
12	木	手話サークル	10:00～11:30
		♪ 健康ダンスシーズン1-① ♪	10:00/11:00
13	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
14	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
15	日	休館日	
16	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

バンパー・ローテーション	開館日	10:00～16:30
囲碁サークル・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

*** 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。
 ※センターの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
17	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		絵手紙サークル	10:00～12:00
		みんなでプランター栽培inセンター①	10:00～
		フラダンスサークル	13:00～15:00
		詩吟サークル	13:30～15:30
18	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
		オカリナハナミズキ	13:30～15:30
		絵画サークル	13:30～15:30
19	木	♪ 健康ダンスシーズン1-② ♪	10:00/11:00
		❀ お楽しみ会(6月) ❀	13:30～
		がちょうクラブ	13:00～14:30
20	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
21	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
22	日	休館日	
23	月	ハーモニカサークルB	10:00～11:30
24	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
		みんなでプランター栽培inセンター②	10:00～
		ダンスサークルB	13:30～15:30
25	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～
26	木	◎ 輪投げ大会 ◎	13:30～
27	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
28	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
29	日	休館日	
30	月	太極拳サークル	13:00～14:30

サークル会員募集中

サークルへの入会は、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。

ダンス サークル

シューズなしで“畳”でダンス
 （指導 松尾 美代子 さん）

A

ダンス経験者向き
 昔少しやっていたという方も
 ぜひお越しください！

活動日：第1・3土曜日13:30～15:30
 会 費：月200円
 （6ヶ月1,200円）
 募 集：若干名

B

初歩向き ダンスは初めて
 という方もお気軽に！

活動日：第2・4火曜日13:30～15:30
 会 費：月200円
 （6ヶ月1,200円）
 募 集：若干名

書道^{しょ} サークル^{どう}

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
 した雰囲気です。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。

- 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(6ヶ月3,000円)
- 募 集 10名程度