

いくみんの郷あじさいセンターだより

発行：2025年 9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

開催日	タイトル
10月22日(水)	オーラルフレイルについて
11月26日(水)	薬のこと
12月24日(水)	高齢者に多い心疾患の治療と予防
令和8年 1月28日(水)	知っておきたい「老人性難聴」治療と予防
2月25日(水)	地域包括支援の役割

★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(水)午前10時～11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15日(水)午前10時30分～
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。

令和7年度

健康セミナー(後期)

受講生募集

参加費 無料

健康セミナー 翫

第五回 「加齢にともなう飛蚊症の治療と予防」
講師：生野区医師会 藤田 秀樹 先生
日時：9月24日(水)午後2時～
場所：2階 大広間

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。

火・土/10月7日(火)、水曜1/10月8日(水)開催分より参加可能

火・土クラス【第1部 10:05～3名/第2部 10:45～2名】
水曜週1クラス【第1部 10:05～4名/第2部 10:45～5名】
応募多数の場合は抽選となります。

◎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。
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となります。

★他のクラス・ビジター参加との重複参加はできません。★

申込方法

9月8日(月)午前10時～9月20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、館長または職員による公開抽選を行います。

抽選日時：9月25日(木)午前11時～ 抽選場所：1階ロビー

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

参加費 無料

いっしょに
百歳体操
補欠生募集



お楽しみ会(9月)

体力測定してみませんか

現在の自分の状態を数値化し、健康維持と介護予防に役立てましょう。

- 日時：9月30日(火)午後1時30分～
- 場所：2階 大広間
- 対象：市内在住60歳以上
※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：9月2日(火)午前10時～
来館のうえ申込



参加費 無料

令和7年度 健康ダンス シーズン2 全5回

ダンスで身体を動かしながら認知機能UP!
初め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 ① 11月20日【講師指導でダンス体験】 ② 11月27日
③ 12月4日 ④ 12月11日 ⑤ 12月18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、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 24名(前半12名/後半12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 10月2日(木)午前10時～25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)

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：10月29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。

参加費 無料

お楽しみ会10月

おりがみ脳トレ

～「午」のかざりづくり～

作った作品を11月の文化祭に出展しませんか

10月23日(木)午後1時30分～

■場所：1階 講習室Ⅰ

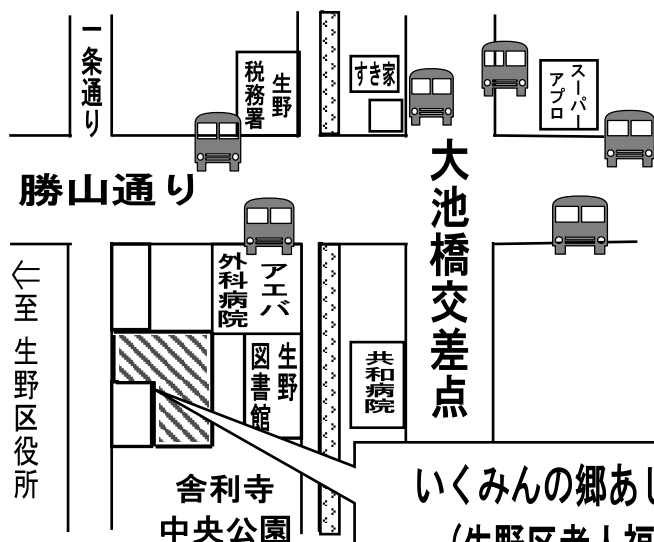
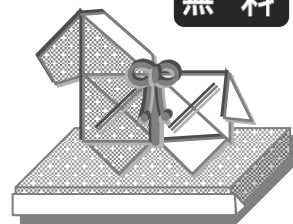
■対象：市内在住60歳以上

※センター利用が初めての場、利用証の発行が必要

■定員：16名(先着順)

■申込：10月1日(水)午前10時～来館申込

参加費 無料



★最寄バス停
大池橋【西・北・東】

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)

🍎 9月行事カレンダー 🍌

日	曜	サークル・行事	時 間
1	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
2	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
3	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
		オカリナ同好会	13:30～15:30
		絵画サークル	13:30～15:30
4	木	♪ 健康ダンス TV1-① ♪	10:00/11:00
5	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
		シニア向けスマートフォン教室	13:30～15:30
6	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
7	日	休館日	
8	月	ハーモニカサークルB	10:00～11:30
		書道サークル	13:30～15:30
9	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
10	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
		※ 結核診断&健康教育 ※	13:30～
11	木	手話サークル	10:00～11:30
12	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
13	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
14	日	休館日	

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	月	休館日	
16	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
		フラダンスサークル	13:00～14:30
		詩吟サークル	13:30～15:30
17	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
18	木	♪ 健康ダンス TV1-② ♪	10:00/11:00
		がちょうクラブ	13:00～14:30
19	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
20	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
21	日	休館日	
22	月	ハーモニカサークルB	10:00～11:30
		ダンスサークルB	13:30～15:30
23	火	休館日	
24	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～
25	木	手話サークル	10:00～11:30
26	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
27	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
28	日	休館日	
29	月	太極拳サークル	13:00～14:30
30	火	百歳体操(火・土クラス)	10:05/10:45
		❀ お楽しみ会(9月) ❀	13:30～

*** 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。

※センター行事等で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。



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

サークル 会員募集

さんびーたいそう

3B体操

講 師 砂川 三代 先生 ボール・ベル・ベルダーという
 活動日 第2・4金曜日 道具を使用して体操します。
 午後1時30分～3時 みんなで一緒に楽しく
 会 費 月700円 身体を動かしませんか。
 (3か月2,100円)