

いくみんの郷あじさいセンターだより 10月

発行：2025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

令和7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(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
- 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
 来館のうえ前半後半を選択し申込(原則本人申込)

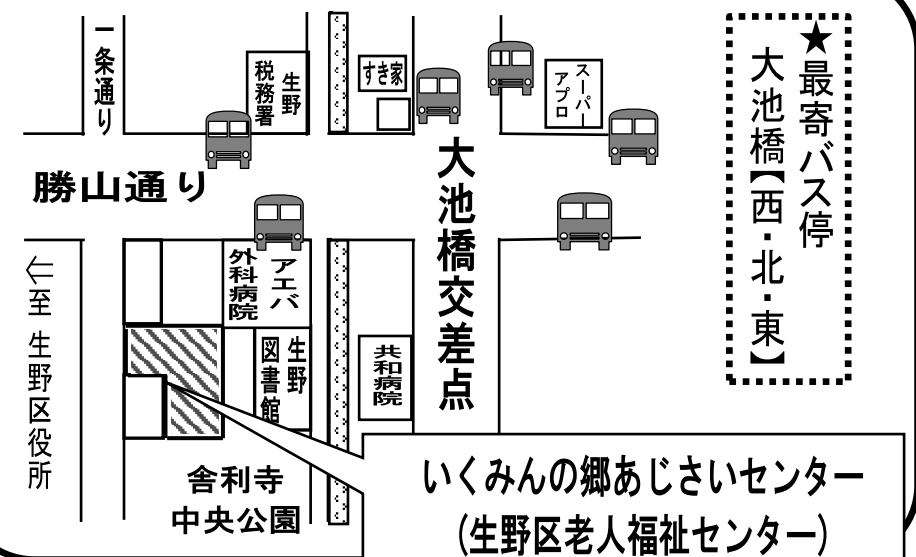
定員を超える場合は、館長または職員による公開抽選

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



被害者支援TOP

ぼうはんこうしゅうかい 防犯講習会

定期的に考える機会を持つことで、防犯意識が高まり、
 被害を未然に防ぐ手助けとなります。

- ◎日時 10月20日(月)午後1時30分～
- ◎場所 2階 講習室Ⅱ
- ◎講師 生野警察署 生活安全課 防犯保安係
- ◎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1日(水)午前10時～来館申込

参加費 無料

お楽しみ会10月

おりがみ脳トレ

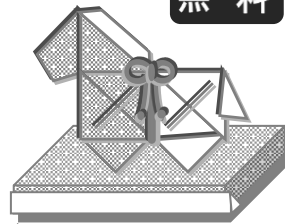
～「午」のかざりづくり～

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

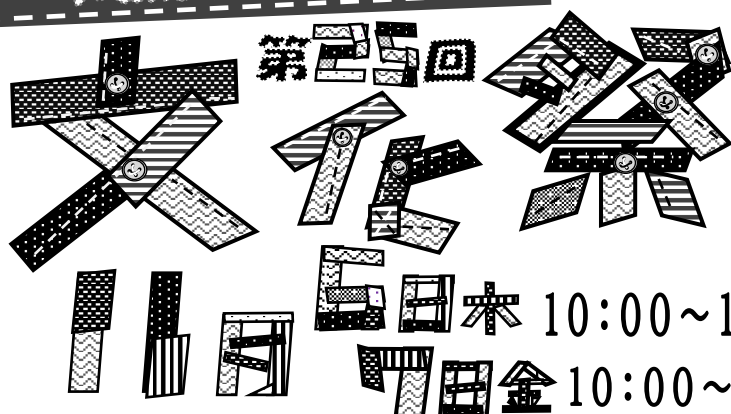
参加費 無料



おしらせ

書道サークル岩内 緑園 先生が9月をもちまして、指導者を退かれることとなりました。
 長い間、熱心にご指導いただき、ありがとうございました。
 10月からは、篠谷 溪泉(いかたにけいせん)先生にご指導いただくこととなります。
 篠谷先生には、現在当センターにて華道サークルでもご指導していただいております。
 新たに、書道サークルのご指導もお願いすることとなりました。
 よろしくお願いたします。
 書道サークルは、会員を募集中です。ご興味のある方は、活動日に一度ご見学ください。

いくみんの郷あじさいセンター



文化祭期間中は、
 どなたでもお越し
 いただけます。

10月6日(木) 10:00～16:00
 10月7日(金) 10:00～15:00

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(いくのゆうクラブ)
 生野区高齢者のいきがいと健康づくり総合推進事業

作品展 一般作品展示募集

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歳以上の方で、当センターまで作品を持参・引き取りできる方

作品受付：10月1日(水)～20日(月)午後4時まで

引き取り：11月10日(月)～29日(土)午後4時まで

期間内開館日に、作品をお持ちいただき
 センター事務所にお申込ください。

10月行事カレンダー

日	曜	サークル・行事	時間
1	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 絵画サークル	13:30~15:30 13:30~15:30
2	木	♪健康ダンス TV1-③♪	10:00/11:00
3	金	カラオケサークル(独唱会) パッチワークサークルA	10:00~12:00 10:00~12:00
4	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
5	日	休館日	
6	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
7	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
8	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
9	木	手話サークル	10:00~11:30
10	金	カラオケサークル	10:00~12:00
		華道サークル	10:00~11:30
		3B体操サークル	13:30~15:00
		民謡サークル	13:00~15:00
11	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
12	日	休館日	
13	月	休館日	
14	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
15	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

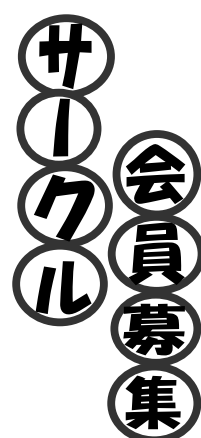
いくみんの郷 あじさいセンター

日	曜	サークル・行事	時間
16	木	♪健康ダンス TV1-④♪	10:00/11:00
		がちょうクラブ	13:00~14:30
17	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
18	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
19	日	休館日	
20	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
		★防犯講習会★	13:30~
21	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
22	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
23	木	◆健康セミナー◆	14:00~
		手話サークル	10:00~11:30
24	金	✿お楽しみ会(10月)✿	13:30~
		カラオケサークル	10:00~12:00
25	土	3B体操サークル	13:30~15:00
		民謡サークル	13:00~15:00
		百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
26	日	新民踊サークル	13:30~15:30
		川柳サークル	13:30~15:30
		休館日	
27	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
28	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
29	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
30	木	♪健康ダンス TV1-⑤♪	10:00/11:00
		太極拳サークル	13:00~14:30
31	金	カラオケサークル	10:00~12:00
		□プログラム作成□	13:30~

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、年末年始です。
 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。



しよどう
書道サークル

- 講師 筏谷 溪泉 先生
- 活動日 第2月曜日
- 会費 月500円 (6ヶ月3,000円)
- 募集 10名程度

10月から新しい先生をお迎えします。
 心機一転、私たちと一緒に活動しませんか。
 書道は認知症予防にも有効ですよ!