## 12 いくみんの郷 🎄 🎄

発行:2025年12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

生野区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業

日時:2月13日(金)

13:30 開演(開場 12:30)

場所:リゲッタ I KUNOホール

定員: 320 名(先着順) 当日申込

対象: 生野区内在住60歳以上の方 生野区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

事前申込

令和8年1月9日(金)午前10時から

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)にて来館受付

事前申込は、申込される方分それぞれの住所・年齢のわかるもの (老人福祉センター利用証をお持ちの方は利用証で可)を お持ちいだだける場合は、おひとりで2名分まで申込可能です。

※老人クラブ会員は各地域の

セ

協 力

H

知

5 せ

ſΪ

掃

Ŷ

老人クラブ連合会会長を通じて事務局へ

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)

味

謡 調

参加費

当日(2月13日)、開場12:30~開演13:30 まで 生野区民センターホール前にて受付

ご本人が、住所・氏名・年齢のわかるもの (老人福祉センター利用証など)をお持ちのうえ、 当日受付にてお申込みになり、ご入場ください。 ※開演後は受付いたしません。



①1月22日 ②2月12日 ③2月26日 ⑤3月26日 ④3月12日

いずれも木曜日【前半/午前10時・後半/午前11時】

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。

※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。

申込 12月4日(木)午前10時~12月26日(金)の

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

### 健康セミナー【後期】第3回目



12月24日(水)午後2時00分~

## 高齢者に多い心疾患の治療と予防」

生野区医師会 宮本

老人福祉センター利用証をお持ちの場合、当日聴講可能ですが 資料等はお渡しできません。聴講は開始前まで会場(2階 大広間) 受付にて当日申込。

# うたいはじめ

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:45名(先着順)

申込:1月7日(水)午前10時~来館申込。

※原則本人申込。

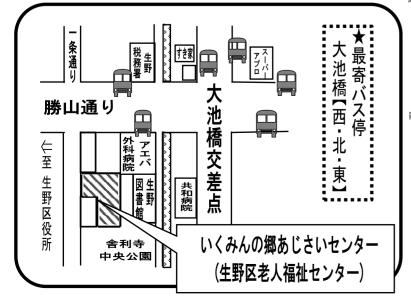
2026年も楽しく みんなで歌って健康に!



## センター事業だより

第25回 文化祭 11月6日(木)・7日(金)





文化祭は、生野区老人クラブ連合会との共催で、センター全館を使用して開催する 年に一度の催しです。今年は、老人クラブ・センターサークル以外の一般作品も 多くの出展がありました。写真は、開催挨拶とサークルの展示準備をされている 様子です。設営・準備・片付けにご協力いただいた皆様お疲れさまでした。

年末年始の 12/27日(土)は大掃除のため通常利用を休止します。 日程お知らせ 年始は1月5日(月)より通常通り開館いたします。

12	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)	1	1 (祝)	2 (金)	3 (土)	4 (日)	5 (月)
月	大掃除	休	休	休	休	月	休	休	休	休	通常

## ◎ 12月行事カレンダー 💰

## いくみんの郷 あじさいセンター

「中では関係を担いている。				
ハーモニカサークルA 10:00~12:00 ハーモニカサークルB 10:00~11:30	В	曜	サークル・行事	時間
ハーモニカサークルB	1	月	健康体操サークル	10:00~11:30
大極拳サークル   13:00~14:30			ハーモニカサークルA	10:00~12:00
日 スマホセミナー入門講座   13:30~     日			ハーモニカサークルB	10:00~11:30
2       火       百歳体操(火・土曜クラス)       10:05/10:45         高詩吟サークル       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       13:30~15:30         4       木       ♪ 健康ダンスシーズン2-③ ♪ 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       10:00~12:00         パッチワークサークルA       13:30~15:30       13:30~15:30         ずンスサークルA       13:30~15:30       10:00~11:30         番道サークル       13:30~15:30       10:00~11:30         番道サークル       10:005/10:45       ★世話人会★       10:30~         がンスサークルB       13:30~15:30       10:05/10:45       新舞踊サークル       13:30~15:30         10       水       百歳体操(週1クラス)       10:005/10:45       新舞踊サークル       13:30~15:30         11       木       手話サークル       10:007/11:00       13:30~15:30         12       金       カラオケサークル       13:30~15:00       13:30~15:00         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       15:30         13       土       百歳体操り・土曜クラス)       10:05/10:45         新			 太極拳サークル	13:00~14:30
おけっしい   13:30~15:30			■ スマホセミナー入門講座	13:30~
3   水   百歳体操(週1クラス)	2	火	百歳体操(火・土曜クラス)	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 10:00~12:00   イ本   大健康ダンスシーズン2-③ ♪ 10:00/11:00   10:00~12:00   パッチワークサークルA 10:00~12:00   パッチワークサークルA 10:00~12:00   パッチワークサークルA 13:30~15:30   俳句サークル 13:30~15:30   俳句サークル 13:30~15:30   俳句サークル 13:30~15:30   10:05/10:45   本世話人会★ 10:30~   ダンスサークルB 13:30~15:30   10:05/10:45   ★世話人会★ 10:30~   ダンスサークルB 13:30~15:30   10:05/10:45   新舞踊サークル 13:30~15:30   11 本 手話サークル 10:00~11:30   11 本 手話サークル 10:00~11:30   12 金 カラオケサークル 10:00~12:00   3 B体操サークル 13:30~15:00   民謡サークル 13:30~15:00   民謡サークル 13:00~15:00   民謡サークル 13:00~15:00   民謡サークル 13:00~15:00   民謡サークル 13:00~15:00   民謡サークル 13:30~15:30   14 日 休館日				13:30~15:30
フラダンスサークル   13:00~14:30   オカリナ同好会   13:30~15:30   名画サークル   13:30~15:30   名画サークル   10:00/11:00   名画サークル   10:00~12:00   10:00/10:45   名画サークル   10:00~12:00   10:05/10:45   インスサークル   10:00~15:30   10:05/10:45   インスサークル   10:00/15:30   10:05/10:45   インスサークル   10:00/15:00   10:05/10:45   インスサークル   10:00/15:00   10:05/10:45   インスサークル   10:00/15:00   日本ののののののののののののののののののののののののののののののののののの	3	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
オカリナ同好会   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   10:00/11:00   5 金			キーボードサークル	10:00~12:00
絵画サークル			フラダンスサークル	13:00~14:30
4       木       ♪ 健康ダンスシーズン2-③       ♪       10:00/11:00         5       金       カラオケサークル       10:00~12:00         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~         5       新舞踊サークル       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       10:00~11:30       10:00~11:30         12       金       カラオケサークル       10:00~15:00         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         14       日       休館日         15       月       ハーモニカサークルA       10:00~11:30			オカリナ同好会	13:30 <b>~</b> 15:30
5       金       カラオケサークル パッチワークサークルA       10:00~12:00 10:05~10:45 10:05/10:45         6       土       百歳体操(火・土曜クラス)       10:05/10:45 13:30~15:30 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 13:30~15:30         9       火       百歳体操(火・土曜クラス)       10:05/10:45 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         11       木       手話サークル 10:00~11:30 10:00/11:00         12       金       カラオケサークル 3B体操サークル 13:30~15:00 民謡サークル       13:30~15:00 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       土       百歳体操(火・土曜クラス)       10:05/10:45 新民踊サークル         14       日       休館日         15       月       ハーモニカサークルA       10:00~11:30			絵画サークル	13:30~15:30
パッチワークサークルA 10:00~12:00   10:05/10:45   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   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:00/11:30   10:00/11:30   10:00/11:30   10:00/11:30   10:00/11:00   13:30~15:30   10:00/11:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:00   13:30~15:30   14 日   休館日   10:00~11:30   10:00~11:30   14 日   休館日   10:00~11:30   10:00~10	4	木	♪ 健康ダンスシーズン2-③ ♪	10:00/11:00
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       10:00~11:30       10:00~11:30         12       金       カラオケサークル       10:00~12:00         3B体操サークル       13:30~15:00       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       15:30         14       日       休館日         15       月       ハーモニカサークルA       10:00~11:30	5	金	カラオケサークル	10:00~12:00
タンスサークルA   13:30~15:30   俳句サークル   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   13:30~15:30   10:00~11:30   13:30~15:30   10:05/10:45   ★世話人会★   10:30~   10:05/10:45   10:30~   10:05/10:45   13:30~15:30   10:05/10:45   13:30~15:30   11   木			パッチワークサークルA	10:00~12:00
俳句サークル	6	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
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 11 木 手話サークル 10:00~11:30 ♪ 健康ダンスシーズン2-④ ♪ 10:00/11:00 12 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 日3 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 14 日 休館日			ダンスサークルA	13:30~15:30
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 11 木 手話サークル 10:00~11:30 ♪ 健康ダンスシーズン2-④ ♪ 10:00/11:00 12 金 カラオケサークル 10:00~12:00 民謡サークル 13:30~15:00 民謡サークル 13:30~15:00 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 14 日 休館日 15 月 ハーモニカサークルA 10:00~11:30			俳句サークル	13:30 <b>~</b> 15:30
書道サークル   13:30~15:30	7		休館日	
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 11 木 手話サークル 10:00~11:30 ♪ 健康ダンスシーズン2-④ ♪ 10:00/11:00 12 金 カラオケサークル 13:30~15:00 民謡サークル 13:30~15:00 民謡サークル 13:30~15:00 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 14 日 休館日 15 月 ハーモニカサークルA 10:00~11:30	8	月	ハーモニカサークルB	10:00~11:30
★世話人会★ 10:30~   ダンスサークルB 13:30~15:30				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         11 木       手話サークル       10:00~11:30         12 金       カラオケサークル       10:00/11:00         12 金       カラオケサークル       13:30~15:00         日       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         14 日       休館日         15 月       ハーモニカサークルA       10:00~11:30	9	火	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
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 11 木 手話サークル 10:00~11:30 ♪ 健康ダンスシーズン2-④ ♪ 10:00/11:00 12 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 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 14 日 休館日 15 月 ハーモニカサークルA 10:00~11:30			★世話人会★	10:30~
新舞踊サークル 13:30~15:30 11 木 手話サークル 10:00~11:30			ダンスサークルB	13:30 <b>~</b> 15:30
11 木       手話サークル       10:00~11:30         ♪健康ダンスシーズン2-④♪       10:00/11:00         12 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         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         14 日       休館日         15 月       ハーモニカサークルA       10:00~11:30	10	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
10:00/11:0012金カラオケサークル10:00~12:003B体操サークル13:30~15:00民謡サークル13:00~15:0013土百歳体操(火・土曜クラス)10:05/10:45新民踊サークル13:30~15:3014日休館日15月ハーモニカサークルA10:00~11:30			新舞踊サークル	13:30~15:30
12 金カラオケサークル10:00~12:003B体操サークル13:30~15:00民謡サークル13:00~15:0013 土百歳体操(火・土曜クラス)10:05/10:45新民踊サークル13:30~15:3014 日休館日15 月ハーモニカサークルA10:00~11:30	11	木	手話サークル	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 13:00~15:00 13:00~15:00 13:30~15:30 新民踊サークル 13:30~15:30 14 日 休館日 10:00~11:30			♪ 健康ダンスシーズン2-④ ♪	10:00/11:00
13 日	12	金	カラオケサークル	10:00~12:00
13 土百歳体操(火・土曜クラス)10:05/10:45新民踊サークル13:30~15:3014 日休館日15 月ハーモニカサークルA10:00~11:30			3B体操サークル	13:30 <b>~</b> 15:00
新民踊サークル 13:30~15:30 14 日 休館日 10:00~11:30 15 月 ハーモニカサークルA 10:00~11:30			民謡サークル	13:00~15:00
14 日休館日15 月ハーモニカサークルA10:00~11:30	13	土	百歳体操(火・土曜クラス)	10:05/10:45
15 月 ハーモニカサークルA 10:00~11:30			新民踊サークル	13:30 <b>~</b> 15:30
	14		休館日	
太極拳サークル 13:00~14:30	15	月	ハーモニカサークルA	10:00~11:30
			太極拳サークル	13:00~14:30

\* \* \* 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。

B	曜	サークル・行事	時 間
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 <b>~</b> 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 <b>~</b> 15:30
		オカリナハナミズキ	13:30 <b>~</b> 15:30
		絵画サークル	13:30 <b>~</b> 15:30
18	木	♪ 健康ダンスシーズン2-⑤ ♪	10:00/11:00
		がちょうクラブ	13:00~14:30
19	盼	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		休館日	
22	月	ハーモニカサークルB	10:00~11:30
23	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 <b>~</b> 15:30
			10.00
24	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
24	水		
24	水	百歳体操(週1クラス)	10:05/10:45
24 25	水木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル	10:05/10:45 10:00~12:00
25		百歳体操(週1クラス) キーボードサークル ◆ 健康セミナー ◆	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~
		百歳体操(週1クラス) キーボードサークル ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30
25	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル 新民踊サークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30
25	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル 新民踊サークル カラオケサークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00
25	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル 新民踊サークル カラオケサークル 華道サークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00
25	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  3B体操サークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00
25 26	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆ 健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  SB体操サークル  民謡サークル	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:30~15:00
25 26 27	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  SB体操サークル  民謡サークル  大掃除 ★☆	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:30~15:00
25 26 27 28	木	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆健康セミナー ◆  手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  SB体操サークル  民謡サークル  大掃除 ★☆  休館日	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:30~15:00
25 26 27 28 29	木 金 土 日 月	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  民謡サークル  民謡サークル  大掃除 ★  休館日  休館日	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:30~15:00
25 26 27 28 29 30 31	Table	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  3B体操サークル  民謡サークル  大掃除 ★ 休館日  休館日  休館日  休館日  休館日	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~ 10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:30~15:00
25 26 27 28 29 30 31 バン/	木 金 土 日 月 火 ル	百歳体操(週1クラス) キーボードサークル  ◆健康セミナー ◆ 手話サークル  新民踊サークル  カラオケサークル  華道サークル  3B体操サークル  民謡サークル  大掃除 ★☆  休館日  休館日  休館日  休館日  休館日  休館日  休館日  りのこのできます。 関館日 10	10:05/10:45 10:00~12:00 14:00~  10:00~11:30 13:30~15:30 10:00~12:00 10:00~11:00 13:30~15:00 13:00~15:00

卓球サークルB

お腹から大きな声を出すと 気持ちいいですよ♪ 一度見学にお越しください。

- ●講師 戎順子先生
- 活動日 第1・3火曜日13:30~15:30
- 会 費 月300円(6ヶ月1,800円)

開館日の月~金 13:30~16:00

●募集 5名程度

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) (指導 松尾 美代子 さん)

初歩向き ダンスは初めて という方もお気軽に!

活動日: 第1·3土曜日13:30~15:30