



センターだより 2025年9月



中央区社会福祉協議会



パソコン・スマートフォンからセンターだよりが見られます。中央区社会福祉協議会のHPの
新着情報をご覧ください。



「ふれあいセンターもも」とLINE@でお友達登録をしていただくと、最新のセンターだよりや情報などが簡単に確認できます。
LINE@のお友達登録をお願いいたします。

ソウルダンス・ベーシック

9月1日(月)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: ソウルダンス・ベーシック

定 員: 40名(要申込・先着順)

ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ

9月9日(火)

午前10時～11時

場 所: 中央区東老人福祉センター

講 師: イチローデイサービス派遣職員

定 員: 35名(要申込・先着順)

生前整理の基礎知識

物・心・情報を通して
人生のゴールまで豊かに過ごす

9月9日(火)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

講 師: 中 ^{なか} ^{けいし} 溪志先生

関西遺品整理センター

・ 遺品整理士 ・ 相続診断士

・ 遺品整理アドバイザー

定 員: 30名(要申込・先着順)

地域のスマホサポーターさんがお助けします!

スマホなんでも相談会

9月16日(火)

① 午前10時～10時30分

② 午前10時30分～11時

③ 午前11時～11時30分

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 日頃のスマホ操作でわからない
ことを、お気軽にご相談ください。

※お一人様30分以内でお願いします。

定 員: ①5名 ②4名 ③3名

12名(要申込・先着順)

※ご使用の携帯電話の機種(Android・iPhone)と
具体的な相談内容をお聞きます。

在宅医療講演会

9月17日(水)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 「ようやく認知症は
治せるようになりました」

講 師: かわぞえ医院

院長 川添 哲央 先生

定 員: 40名(要申込・先着順)



だいち先生のお骨盤体操

9月30日(火)

午前10時～11時30分

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 骨盤のゆがみを
ゆるやかに整える体操

定 員: 25名(要申込・抽選)

申込締切日: 9月22日(月)



※9月24日(水)午後1時以降に LINE・窓口にて、当選者の発表を行います。各自抽選番号をご確認ください。

なお、電話でのお問い合わせも可能です。

※センターからの電話連絡はいたしません。

7・8・9月生まれ お誕生会&落語会

9月25日(木)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 参加者紹介・写真撮影・落語

定 員: 25名(要申込・先着順)

※落語は若干名ですがお誕生月以外の方でも
ご参加いただけます。

詳しくは、事務局までお問合せください。



秋の全国交通安全運動

9/21(日)～9/30(火)



センターだより 8月号

お持ちのスマートフォン等で右の2次元
コードを読み取っていただくと、センター
だよりが、カラー版で見れます!



※イベントの申込は、センターだより発行日より受付ています。☎06-6941-7719

《センターをご利用のみなさまへ》

- ・センターのご利用は、市内在住 60 歳以上の方が対象です。
- ・センターのご利用には、利用証が必要です。
- ・利用証がない方は、受付で発行いたします。
- (※住所・年齢の確認できるもの(健康保険証など)をご持参ください。)
- ・利用証をなくされた方は再発行いたしますので、お申し出ください。
- ・大阪市内に『暴風警報』が発令された場合は臨時休館とします。
- ・教室、行事等の日程を変更することがあります。

【開館時間】午前10時～午後5時

【休館日】日曜・祝日・国民の休日・年末年始

【所在地】大阪市中央区農人橋 1-1-6

【電話】6941-7719 【Fax】6941-7709

【大阪市立中央区東老人福祉センター 付近図】



* 地下鉄谷町線・中央線8番出口より徒歩3分

同好会案内

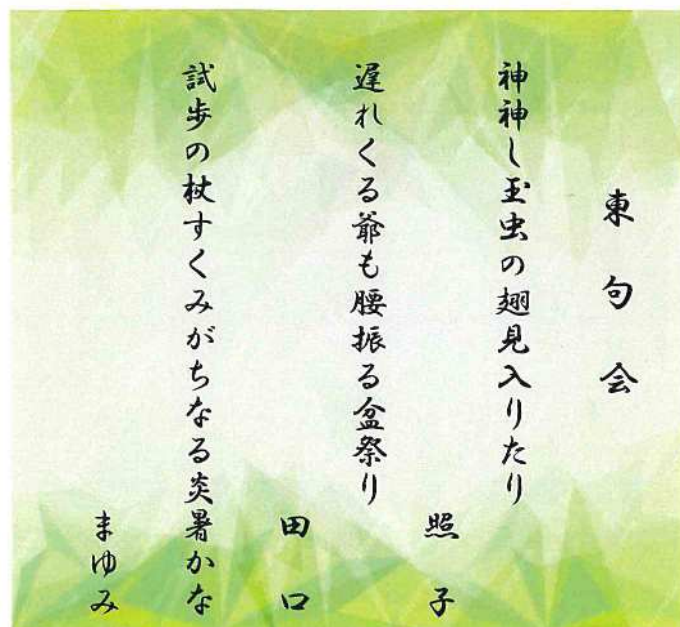
同好会見学を希望される方は、事前に申込みが必要になりますので、事務所へ連絡をお願いします。

同好会名	定例日	時間	募集
文化系 (絵・字等)	生花	第1(土)	13:30~15:00 ○
	俳句	第3(金)	13:00~15:30 ○
	木版画・植物画	第1・3(水)	13:30~15:30 ○
	泰の会水墨・墨彩画	第1・3(火)	13:30~15:30 ○
	美書道	第1・3(金)	10:00~12:00 ○
	囲碁サロン	毎週(月)・(土)	13:00~16:30 ○
	考楽社(煎茶道)	第1(火)	13:00~16:00 ○
手芸	ハンドメイドひよこ	第1・2・4・5(土)	13:30~15:30 ×
		第3(土)	11:00~15:30 ○
	リサイクルクラブ(手芸)	第1・3(火)	13:30~15:30 ○
	カードボランティア	第2・4(水)	13:30~15:30 ○
歌	詩吟	第2・4(水)	13:00~15:30 ○
	民謡クラブ	第2・4(金)	13:30~15:30 ○
	謡曲	第2(木)	13:30~15:30 ○
	音楽のお部屋	第1・3(金)	10:30~12:00 ×
	歌謡	偶数月第2(木)	13:30~15:00 ○
	歌謡(練習)	第4(金)	10:00~12:00 ×
		奇数月第2(木)	13:30~15:00 ○
	カラオケ	第4(水)	13:00~15:30 ○
	なつメロ	第3(月)	13:00~15:30 ○

同好会名	定例日	時間	募集
踊り・ダンス	民踊	第1・3(木)	10:30~12:00 ○
		第4(月)	13:30~15:00 ○
	新舞踊(初級)	第2・4(火)	13:30~15:30 ○
	フラダンスティアレ	第2・4(月)	10:00~11:30 ○
	社交ダンス	第2・3・4・5(土)	13:30~15:30 ○
楽器	大正琴	第1・3(土)	10:00~12:00 ○
	尺八	第1・3(火)	13:30~16:00 ○
	オカリナ ひまわり	第2・4(金)	10:00~11:45 ×
体操系	健康太極拳	第1・3(金)	13:30~15:00 ○
	健康体操なでしこ	第2・4(水)	10:00~11:30 ○
	やさしいヨガなごみ	第2・4(木)	10:30~11:45 ○
	けん玉	第1(木)・第3(水)	14:00~15:30 ○
	東deラジオ体操	毎週(水)	10:30~11:00 ○
	いきいき百歳体操A	毎週(火)(木)(金)	10:00~10:40 ○
	いきいき百歳体操A	第4(金)のみ	13:30~14:10 ○
	いきいき百歳体操B	毎週(火)(木)(金)	11:00~11:40 ○
	いきいき百歳体操B	第4(金)のみ	14:30~15:10 ○

※定例日及び時間に変更になる場合があります。

詳細は、お問い合わせください。



【美書道】



Instagram



最新の情報や報告などを発信しています。
お楽しみに！是非フォローしてください！
スマートフォンにInstagramのアプリを取得したい方は、職員がお手伝いします。お声掛けください。

Higashiの脳トレ9月号

※事務所窓口にて配布します！

日時：9月1日(月)～9月30日(火)

午前10時～午後4時

※利用証をご持参ください。(初めての方は発行します。)

2025年9月

中央区東老人福祉センター
問合せ先 ☎06-6941-7719

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 民踊 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 美書道 10:30 音楽のお部屋 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 大正琴
	13:00 囲碁 14:00 ソウルダンス ・ベーシック	13:00 煎茶道 13:30 尺八 13:30 水墨・墨彩画	13:30 木版画・植物画	14:00 けん玉	13:30 健康太極拳	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 生花
7	8	9	10	11	12	13
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 ゆっくりゆっくり シニアエクササイズ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 オカリナひまわり 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	
	13:00 囲碁 13:00 なつメロ	13:30 新舞踊(初級) 14:00 生前整理 セミナー	13:00 詩吟 13:30 ボランティア	13:30 歌謡(練習) 13:30 謡曲	13:30 民謡	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
14	15	16	17	18	19	20
休館日		10:00 スマホなんでも 相談会 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 民踊 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 美書道 10:30 音楽のお部屋 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 大正琴 11:00 ハンドメイドひよこ
		13:00 煎茶道 13:30 尺八 13:30 水墨・墨彩画	13:30 木版画・植物画 14:00 在宅医療 講演会	14:00 けん玉	13:00 俳句 13:30 健康太極拳	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:00 フラダンスティアレ	秋分の日 	10:30 東deラジオ体操 (2階)	10:30 やさしいヨガ なごみ 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 歌謡(練習) オカリナひまわり	
	13:00 囲碁 13:30 民踊		13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 お誕生会 & 落語会	13:30 民謡 13:30 百歳体操A 14:30 百歳体操B	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
28	29	30				
休館日	10:00 フラダンスティアレ	10:00 だいち先生先生の 骨盤体操 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	* 教室・行事等の日程を変更する事がありますのでご注意ください。 * 気象通報により大阪市内に『暴風警報』が発令された時、 又は突発的の事故発生の場合は、利用を中止することがあります。 * センターだより作成後の紙面上の追加・変更は できかねますのでご了承ください。			
	13:00 囲碁	13:30 新舞踊(初級)				

