



センターだより 2026年2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。

ヤクルト健康セミナー

2月3日(火)

午前10時30分～正午

抽選

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 生活習慣とその予防

放っておけないサイレントキラー

(血管年齢測定)

定 員: 30名(要申込・抽選)

申込締切日: 1月27日(火)

※1月28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、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。



けん玉教室&検定会

2月5日(木)

午後2時～4時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: けん玉指導と検定会を行う

(初級～中級)

定 員: 20名(要申込・先着順)



在宅医療講演会

2月19日(木)

午後2時～3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 「私たちって、高血圧の怖さと漢方の良さを知らずに損をしているって本当？」

講 師: 安部 医院

院長 安部 博昭 先生

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

2月10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)



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

中央区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進
中央区東・南老人福祉センター共催

落語を楽しむ会

2月20日(金)

開演:午後2時~3時

(開場:午後1時30分~)

場 所:中央会館(島之内 2-12-31)

出 演:桂 米之助

桂 文五郎

笑福亭 呂翔

定 員:100名(要申込・先着順)

【東・南 各50名】



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。

《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】大阪府中央区農人橋 1-1-6

【電話】6941-7719 【Fax】6941-7709

スマホ体験講習会

2月26日(木)

午後2時~3時30分

抽選

場 所:中央区東老人福祉センター

内 容:LINE・スマホ決済編

定 員:20名(要申込・抽選)

申込締切日:2月19日(木)



当選発表:2月20日(金)午後1時以降

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、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致しません。

センターだより 1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！



Higashiの脳トレ2月号

※事務所窓口にて配布します！

日時:2月2日(月)~2月28日(土)

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。)

【大阪府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。

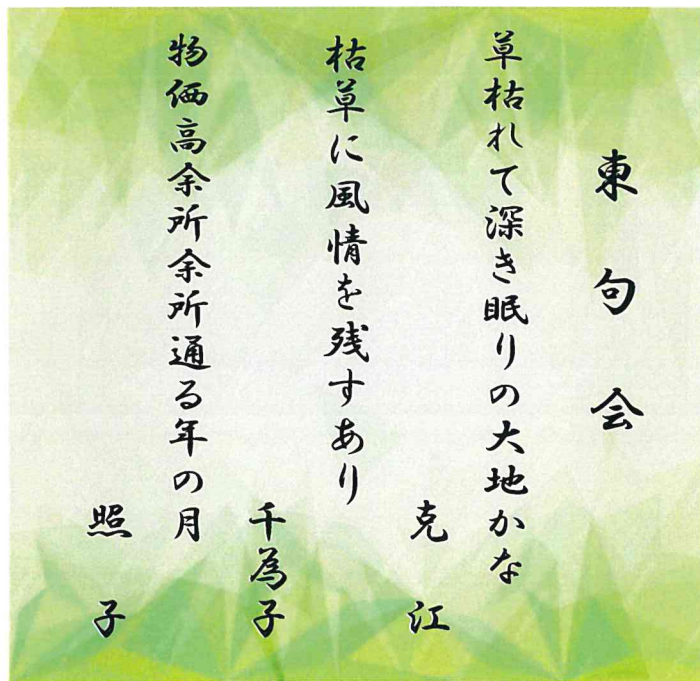
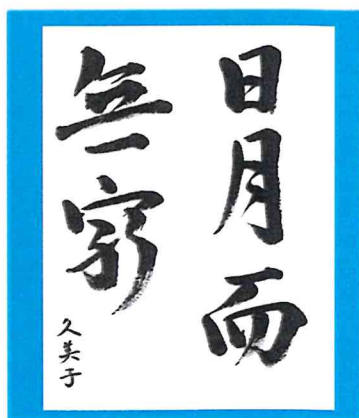
同好会名	定例日	時間	募集
文化系（絵・字等）	生花	第1（土）	13:30～15:00 ○
	俳句	第3（金）	13:00～15:30 ○
	木版画・植物画	第1・3（水）	13:30～15:30 ○
	泰の会水墨・墨彩画	第1・3（火）	13:30～15:30 ○
	美書道	第1・3（金）	10:00～12:00 ○
	囲碁サロン	毎週（月）・（土）	13:00～16:30 ○
	考楽社（煎茶道）	第1（火）	13:00～16:00 ○
手芸	ハンドメイドひよこ	第1・2・4・5（土）	×
		第3（土）	
	リサイクルクラブ（手芸）	第1・3（火）	13:30～15:30 ○
	カード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

※定例日及び時間は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】



☆ 図書コーナーのご紹介 ☆

東老人福祉センターでは、利用者の方から寄付
でいただいた本を無料で貸し出ししています。

場 所：中央区東老人福祉センター2階廊下

内 容：本の貸出

読書には認知症を予防する、ストレスを解消
する、睡眠の質を向上するといった効果があ
るのでぜひ習慣にしてみてください。

2月23日は「富士山の日」

富士山の日は、ただの記念日ではなく、富士山に
ついて考え、学ぶために静岡県と山梨県で制定され
ました。富士山について関心を持ち、後世に継いでい
くことが目的とされています。

2026年2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	7
休館日		10:30 ヤクルト 健康セミナー 10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 健康体操なでしこ 10:30 東deラジオ体操 (3階)	10:30 民謡 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	13:00 煎茶道 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八 13:30 水墨・墨彩画	13:30 木版画・植物画	14:00 けん玉教室	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
8	9	10	11	12	13	14
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 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	13:30 新舞踊(初級)		13:30 歌謡 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
15	16	17	18	19	20	21
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 民謡 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 なつメロ 13:00 囲碁	13:30 水墨・墨彩画 13:30 リサイクル(手芸) 13:30 尺八	13:30 木版画・植物画 14:00 けん玉	14:00 在宅医療 講演会	13:00 俳句 13:30 健康太極拳 14:00 落語を楽しむ会 (中央会館)	13:00 ハンドメイドひよこ 13:00 囲碁 13:30 社交ダンス
22	23	24	25	26	27	28
休館日		10:00 百歳体操A 11:00 百歳体操B	10:00 健康体操なでしこ 10:30 東deラジオ体操 (3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) 10:00 オカリナひまわり	
		13:30 新舞踊(初級) 13:30 尺八	13:00 カラオケ 13:00 詩吟 13:30 ボランティア	14:00 スマホ体験教室	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

*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。



休館日