



センターだより 2026年6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。

すこやかマッサージ&ダンス

6月8日(月)

午後2時~3時



場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: リンパマッサージを含む

簡単なマッサージ&ダンス

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

6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)

せぼね

背骨コンディショニング

6月23日(火)

午後2時~3時

場 所: 中央区東老人福祉センター

内 容: 背骨の歪みを整え、

不調を改善する運動

※イスに座りながらの体操です。

定 員: 40名(要申込・先着順)

4・5・6月生まれ お誕生会&落語会

6月18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、事務所までお問合せください。



※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

認知症は怖くない！ 共に生きようシリーズ

6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: 「認知症の方へのかかわり方」
～知っ得・やっ得・そなえ得～
定 員: 30名(要申込・先着順)

たいのかい

泰の会 水墨・墨彩画

第12回 区民ギャラリー展

期間: 令和8年6月22日(月)
～ 7月3日(金)

会場: 中央区役所
1階 ギャラリー

東老人福祉センター 愛称募集

いつも当センターをご利用いただきありがとうございます。この度、より多くの皆様に親しみを持っていただけるよう、「愛称」を募集することになりました。

窓口にて投票箱を設置しております。

期間: 令和8年6月末まで
たくさんのご応募をお待ちしております。

《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(マイナンバーカードなど)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

スマートフォン体験教室

6月30日(火)

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: 「初めての生成AI」

定 員: 20名(要申込・抽選)

申込締切日: 6月23日(火)

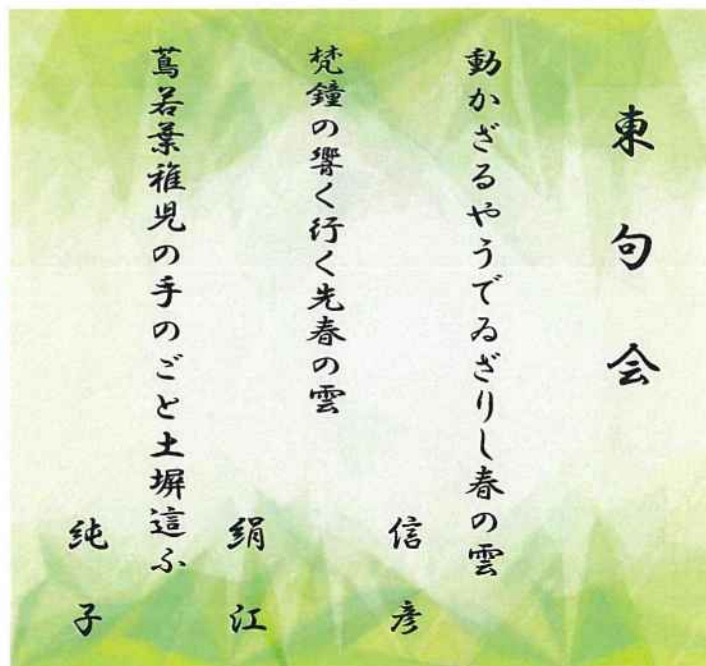
当選発表: 6月24日(水) 午後1時以降

LINE・窓口にて当選発表を行います。

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致しません



【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)	13:00~16:30 ○
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)	13:30~16:00 ○
	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)	10:00~12:00 ×
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 ○

※定休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。

センターだより 5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、カラー版で見られます！



謹奉書
予右
洋子

巽 洋子

亀野 清子

悉此瑤
華忽
清子

「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6月号

※事務所窓口にて配布します！

日時：6月1日(月)～6月30日(火)
午前10時～午後4時

2026年6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 11:00	百歳体操A 百歳体操B	10:30	東deラジオ体操 (2階)	10:30 10:00 11:00	民踊 百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:30 10:00 11:00	美書道 音楽のお部屋 百歳体操A 百歳体操B	10:00	大正琴
	13:00	囲碁	13:00 13:30 13:30 13:30	煎茶道 水墨・墨彩画 リサイクル(手芸) 尺八	13:30	木版画・植物画	14:00	けん玉	13:30	健康太極拳	13:00 13:30 13:30	囲碁 生花 ハンドメイドひよこ
7	8		9		10		11		12		13	
休館日	10:00	フラダンスティアレ	10:00 シニアエクササイズ	ゆっくりゆっくり 百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:30	健康体操なでしこ 東deラジオ体操 (3階)	10:30 10:00 11:00	やさしいヨガ なごみ 百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:00 11:00	オカリナひまわり 百歳体操A 百歳体操B		
	13:00 14:00	囲碁 すこやか マッサージ &ダンス	13:30	新舞踊(初級)	13:00 13:30	詩吟 ボランティア	13:30 13:30	歌謡 謡曲	13:30	民謡	13:00 13:30 13:30	囲碁 社交ダンス ハンドメイドひよこ
14	15		16		17		18		19		20	
休館日			10:00 11:00	百歳体操A 百歳体操B	10:30	東deラジオ体操 (2階)	10:30 10:00 11:00	民踊 百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:30 10:00 11:00	美書道 音楽のお部屋 百歳体操A 百歳体操B	10:00 11:00	大正琴 ハンドメイドひよこ
	13:00 13:00	囲碁 なつメロ	13:30 13:30 13:30	水墨・墨彩画 リサイクル(手芸) 尺八	13:30 14:00	木版画・植物画 けん玉	14:00	お誕生会 &落語会	13:00 13:30	俳句 健康太極拳	13:00 13:00 13:30	ハンドメイドひよこ 囲碁 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	10:00 11:00	百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:30	健康体操なでしこ 東deラジオ体操 (3階)	10:30 10:00 11:00	やさしいヨガ なごみ 百歳体操A 百歳体操B	10:00 10:00	歌謡(練習) オカリナひまわり		
	13:00 13:30	囲碁 民踊	13:30 14:00	新舞踊(初級) 背骨 コンディショニング 体操	13:00 13:30	カラオケ 詩吟 ボランティア	14:00	認知症は 怖くない!	13:30 13:30 14:30	民謡 百歳体操A 百歳体操B	13:00 13:30 13:30	囲碁 社交ダンス ハンドメイドひよこ
28	29		30									
休館日			10:00 11:00	百歳体操A 百歳体操B	※教室・行事等の日程を変更すること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。							
	13:00	囲碁	13:30 14:00	尺八 スマホ体験教室								