

# まらめき センターだより

2019年6月発行

# 6月号

〒553-0001

福島区老人福祉センター 福島区海老江 6-1-14 ☎6453-2357 FAX 6458-9111

## お誕生日会のお知らせ [4・5・6月]にお誕生日を迎える方

- 日時：6月19日（水）午後1:30～  
場所：きらめきセンター 大広間（老人福祉センター）  
対象：60歳以上の市内在住の方  
内容：  
・館長お祝いのことば ・プレゼント贈呈  
・保育所の子どもたちからのお祝い  
・記念撮影 ・演芸（先着15組）  
申込み：6月14日（金）までに来館か電話で。  
（お誕生日のかた、演芸出演のかた）

無料



♪楽しくお誕生日をお祝いしましょう！お申込みお待ちしております！

2019年度 生きがいと健康づくり推進事業

## 健康いきいき教室

健康状態を維持しながら、ストレッチやバランストレーニングなどを組み合わせ、体を動かす楽しさを体感してもらえらる体操です。  
健康維持のために受講してみませんか!?

- 日時：7月24日・31日・8月7日・21日、28日  
午前10:00～11:30 いずれも水曜日 <全5回>  
場所：きらめきセンター 大広間  
講師：川畑典子さん（健康運動指導士）  
対象：60歳以上の市内在住の方  
定員：40名（初めての方優先）  
受講料：無料（保険料5回分150円は各自負担）  
申込み：6月11日（火）～7月5日（金）までに、来館・電話で。



※応募多数の場合7/9（火）10時より公開抽選、午後2時館内発表。

# 「結核検診」

## 高齢者の結核患者が増えています。

無料

大阪市保健所による健康教育と問診・胸部X線撮影を開催します。

日時：7月10日(水)  
午前10:00～12:00

場所：きらめきセンター 大広間 <問診>  
センター入口付近 <レントゲン>  
(脱ぎ着しやすい服装でお越しください)

※検診の結果は3週間ぐらいで自宅に郵送されます。

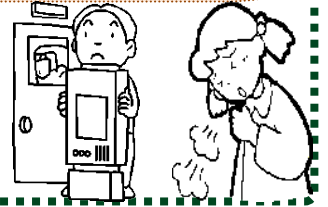
対象：60歳以上の大阪市民の方  
定員：20名(先着順)

申込み：6月11日(火)～ 来館・電話で。  
定員になり次第締め切ります。

問合せ：きらめきセンター(福島区老人福祉センター) ☎6453-2357

★こんな症状はありませんか？

体がだるい、咳が続く  
胸が痛い、たんに血が混じる  
微熱が続く、急に体重が減った



きらめき

## 七夕まつり

無料

日時：7月2日(火) 午前10:00～12:00

場所：きらめきセンター 大広間

内容：同好会による発表会

申込み：発表会の受付は5/28(火)～6/21(金)まで。

※七夕かざりは7/1(月)～7/6(土)まで設置します。



## ★アポ電詐欺に注意！

## 防犯注意報！

面会の約束を電話で申し込み、家族構成や資産状況を聞き出したうえで、振り込め詐欺や強盗などを仕掛けることを通称“アポ電詐欺”という。

※自宅の電話に防犯対策してますか？

- ・在宅中でも「留守番電話」に設定！
- ①知らない人からの電話には出ない。
- ②キャッシュカードは他人に預けない！
- ③暗証番号は絶対に教えない！

福島警察署

06-6465-1234



疑わしい電話には出ずに自動通話録音機や留守番電話を活用。電話に出てしまった場合、お金の話が出てきたらすぐに電話を切って警察に通報するようにしましょう！

日時：毎週水曜日 午後 1:30～3:30

場所：きらめきセンター 大広間 舞台前

内容：高齢者の生きがいと教養を深め、心身の健康の保持、また会員相互の親睦を深めます。  
ダーツを楽しみながら、脳トレ・脳活・認知症予防が期待できます。

会費：入会金 1500円(初回のみ)

※動きやすい服装で。活動日見学にお越しください。

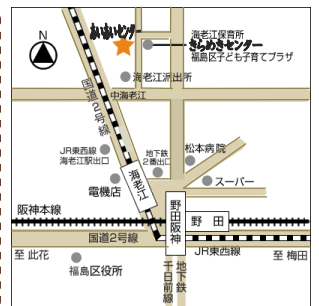
## 「ダーツ」同好会

会員募集!



きらめきセンター(福島区老人福祉センター)は60歳以上の大阪市民の方にご利用いただけます。初めて利用される方は利用証を発行いたしますので、〒住所・氏名・生年月日等を確認できるもの(健康保険証など)をお持ちください。利用証は利用者数の状況確認のため必要です。来館時に必ず提示してください。

- ・利用時間 午前10:00～午後5:00
- ・利用料 無料(ただし、行事等要実費)
- ・休館日 日曜日、祝祭日、年末年始(12/29～1/3)



# 同好会のご案内

★入会希望の方は活動日に見学にお越しください。お待ちしております。

同好会	活動日	活動時間	会費等	備考	会員
囲碁・将棋	月～土	午後 1:00～5:00		月 1 回定例会	募集中
初級囲碁教室	毎週 月	午前 10:00～12:00		初心者大歓迎	募集中
ネット囲碁	毎週 水・土	午後 1:00～4:30	月 ¥ 1000		募集中
コース (区老連)	火 (月 2～3 回)	午前 10:00～11:45	月 ¥ 750	老人クラブ加入が条件	募集中
ダーツ	毎週 水曜日	午後 1:30～3:30	入会金 ¥ 1500	初回のみ	募集中
折り紙	第 2 水・第 3 土	午後 1:00～3:30	月 ¥ 200		
絵画	第 2・4 木	午後 1:30～3:30	月 ¥ 700	初心者大歓迎	
俳句清和会	第 2 土	午後 1:30～4:00	月 ¥ 1500		
詩吟	第 2・3 土	午前 10:00～12:00	年 ¥ 2000		募集中
銭太鼓	第 1・4 土	午前 10:00～12:00	月 ¥ 500		募集中
卓球 1 卓球 2	第 1～4 火 第 1～4 金 第 1 土 (1・2 部交互に)	午後 1:00～3:30 午前 10:00～12:00 午後 1:00～3:30			
カラオケ 1 カラオケ 2	第 1・3 水、第 4 月 第 2・4 水、他 1 回	午前 10:00～12:00	年 ¥ 2000	どちらも 入会金 ¥ 1000	募集中
民踊	第 1～4 月 第 1・3 木	午前 10:00～12:00 午後 1:30～3:30	月 ¥ 700		募集中
民謡	第 1・3 月 第 2・4 木	午後 1:30～3:30 午前 10:00～12:00	月 ¥ 2000		募集中
ティー・セレモニ- (茶道裏千家)	第 3 木	午前 10:00～12:00	月 ¥ 300	初心者大歓迎	募集中
生花 (嵯峨御流)	第 4 水 (8 月休み)	午後 1:30～3:30	月 ¥ 700	別途花代	募集中
書道細字	第 4 月	午後 1:00～3:30	月 ¥ 500		
書道	第 2 月	午後 1:30～3:30	月 ¥ 500		
大正琴	第 1・3 月	午前 10:00～11:30	月 ¥ 500		募集中
映画	第 1・3 金	午後 1:30～			募集中
シニア元気クラブ	第 1・3 金	午前 10:00～11:30	6 カ月 ¥ 3,500		
フラダンス・ピア	第 1・3 木	午前 10:00～12:00	月 ¥ 2000		募集中
ゲーム 1 ゲーム 2	第 1～4 木 第 2・4 金	午前 10:00～12:00 午後 1:00～4:00	¥ 1500 (入会時のみ)	健康マージャン	
笑いヨガ (幸福島クラブ)	第 2・4 木	午後 2:00～3:00		8 月・12 月休み	
新舞踊	第 1・2・4 火	午前 10:30～12:00	月 ¥ 1000	勝水会	募集中
シニア フィットネス	月数回 水 (不定期)	午前 10:00～11:30	3 回 ¥ 1000		
リズムセラピー♪	第 2・4 木	午前 10:00～11:30	6 カ月 ¥ 1200	別途 教本・コピー代 ¥ 900 (初回のみ)	待機受付あり





# 6月行事・同好会 予定表

きらめきセンター

	日	月	火	水	木	金	土	
午前								
午後							1 銭太鼓	
午前	2 休館日	3 大正琴、民踊 卓球ひろば 初級囲碁教室	4 (区老連)コーラス 新舞踊 百歳体操	5 カラオケ1 シニアフィットネス	6 ゲーム1 フラダンス 百歳体操	7 卓球2 シニア元気	8 詩吟	
午後		民謡 ディスコンひろば	卓球1	健康チェック ダーツ (老)女性部長会	民踊	映画 (老)常任理事会	俳句清和会 ネット囲碁	
午前	9 休館日	10 銭太鼓、民踊 卓球ひろば 初級囲碁教室	11 健康体操 新舞踊 百歳体操	12 モビバン体操 カラオケ2	13 民謡、ゲーム1 リズムセラピー 百歳体操	14 座ってピクス 卓球2	15 詩吟	
午後		書道 ディスコンひろば	卓球1	折り紙 ネット囲碁 ダーツ	絵画 笑いヨガ	ゲーム2	囲碁大会 折り紙 ネット囲碁	
午前	16 休館日	17 大正琴、民踊 卓球ひろば 初級囲碁教室	18 (区老連)コーラス カラオケ2 百歳体操	19 カラオケ1	20 ゲーム1 ティーセレモニー フラダンス 百歳体操	21 卓球2 シニア元気	22 銭太鼓 シニアフィットネス	
午後		民謡 ディスコンひろば	卓球1	お誕生日会 ネット囲碁	民踊	映画	将棋大会 ネット囲碁	
午前	23 休館日	24 民踊 カラオケ1 卓球ひろば 初級囲碁教室	25 健康体操 新舞踊 百歳体操	26 モビバン体操 カラオケ2	27 民謡、ゲーム1 リズムセラピー 百歳体操	28 座ってピクス 卓球2	29	
午後	休館日 30	書道(細) ディスコンひろば	卓球1	生花 ネット囲碁 ダーツ	絵画 笑いヨガ	ゲーム2	ネット囲碁	

## ◆ 囲碁・将棋 のご利用について

6/19(水)は、お誕生日会のため、囲碁・将棋はお休みです。  
また、**数独**は午前中のみ答え合わせをいたします。  
よろしくお願ひします。



フピ  
福島区マスコットキャラクター

