

# きらめき センターだより

2020年8月発行

# 8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

## 「結核検診」

### 高齢者の結核患者が増えています。

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。  
是非！この機会に受けてみましょう！

無料

日時：8月28日（金）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：15名（先着順）

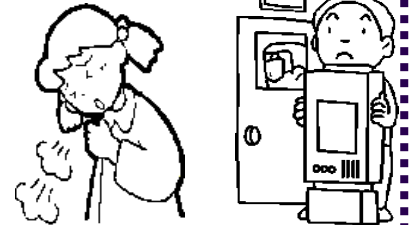
申込み：8月4日（火）～ 来館・電話で。

※新型コロナウイルス感染状況により、中止・変更する場合があります。

マスク着用

#### ★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



#### ◆同好会「リズムセラピー♪」の活動について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、しばらくの間中止します。

①換気を励行 ②人の密集を下げる ③近距離での会話や発生・大きな声で歌うことなどの対策を厳守するよう要請があるなか、利用者が高齢であり感染後のリスクが高いことから、多数の参加があるリズムセラピーはこの3原則を守ることが困難になっています。活動再開は、感染拡大状況によって判断いたします。何よりも命が大事です！楽しく歌える日が来ることを祈りながら、お互いに気を付けてこの困難を乗り越えましょう！ご不明な点があれば、お問い合わせください。 きらめきセンター ☎06-6453-2357



☔台風などにより、大阪市に「暴風警報」が発令された場合、

当館の事業や同好会活動は中止となり、暴風警報が解除されるまでご利用いただくことは出来ません。テレビやインターネット・携帯などの気象情報をご確認ください。

分からない場合はお問い合わせください。 きらめきセンター ☎06-6453-2357

※開館時間中に発令された場合は、安全確認のうえ帰宅していただくことがあります。よろしくお願いたします。



# きらめきセンターご利用時のお願い

◆来館されたら、まず、手指の消毒！来館カードに氏名・連絡先等を記入し受付に提出。  
あなたのために！みんなのために！ ご協力、よろしくお願いいたします。

- ①体調不良・発熱(体温チェック)・咳などが出る場合は来館を控えてください。  
家を出る前に体温を測りましょう。
- ②来館時・退館時は手を洗いましょう。各自ハンドタオル持参。  
こまめに石鹸やアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- ③部屋を使用するときは、換気をして空気清浄機をお使いください。
- ④人が混み合わないよう、**間隔(1~2m)**を空けましょう。
- ⑤咳エチケットに**必ずマスク**を使用してください。  
急な咳やくしゃみの場合は、タオルや腕で受け止めてください。

※マスク着用で体内に熱がこもりやすくなり、自覚のないまま脱水症状が進み、熱中症のリスクが高まります。  
いつも以上に水分補給を心がけましょう！

お互いに  
気を付けましょうね



★俳句 清和会 小寺昌平 選  
群青の滝壺響き炎天に

國定 恵美

## シニア向け スマホ体験講座 と スマホ決済教室 楽しくわかる アンドロイド Android

日時：①スマホ体験講座 9月 4日(金) 午後 1:30~3:30

②スマホ決済教室 9月 18日(金) 午後 1:30~3:30

※今回は、アンドロイド (Google Pixel) での学習。 <全2回>

場所：きらめきセンター クラブ室

- 内容：①知っておきたいスマホ知識、日常生活に役立つ使い方  
基本の操作方法(メール・カメラ・地図・インターネット検索)など  
②キャッシュレス・スマホ決済とは？ 種類と支払方法など、  
不安要素を解消して活用術を紹介します。

講師 ソフトバンク スマートフォンアドバイザー

対象：初めて使われるシニアの方(市内在住 60歳以上)

定員：16名(先着順) ※定員になり次第締め切り

※どちらの日程も参加できる方

持ち物：筆記用具 ※マスク着用

申込み：8/12(水) 午前 10:00~ ご本人が来館か電話で。

☆アンドロイドのスマホを1人1台貸し出します。

無料



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

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
コーラス (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	月 ¥ 100	初回のみ入会金 ¥ 1500	
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 ¥ 1500		募集中
民謡	第 2・4 木	午前 10:00～12:00	月 ¥ 1500		募集中
ティーレモニ (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		募集中
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
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	若干名 募集
笑いヨガ (幸福島クラブ)	第 2・4 木	午後 2:00～3:00	¥ 200 (初回のみ)	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		募集中
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

※しばらくの間、囲碁・将棋の活動日が変更になります。8月<囲碁:火・木・土、将棋:月・水・金>

※新型コロナウイルス感染予防のため、活動を休止しなければならない同好会がありますので、ご注意ください。



# 8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							<b>1</b> 銭太鼓
午後							ネット囲碁
午前	<b>2</b> 休館日	<b>3</b> 初級囲碁教室	<b>4</b> 百歳体操	<b>5</b> 健康いきいき	<b>6</b> 百歳体操	<b>7</b> シニア元気	<b>8</b>
午後		書道		ネット囲碁 ダーツ		スマホ体験講座	俳句清和会 ネット囲碁
午前	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 休館日 山の日	<b>11</b> 百歳体操	<b>12</b>	<b>13</b> 百歳体操	<b>14</b>	<b>15</b>
午後				折り紙 ネット囲碁 ダーツ	絵画		折り紙 ネット囲碁
午前	<b>16</b> 休館日	<b>17</b> 初級囲碁教室	<b>18</b> 百歳体操	<b>19</b> 健康いきいき	<b>20</b> 百歳体操	<b>21</b> シニア元気	<b>22</b> 銭太鼓
午後				ネット囲碁 ダーツ		スマホ決済教室	ネット囲碁
午前	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> 初級囲碁教室	<b>25</b> 百歳体操	<b>26</b> 健康いきいき	<b>27</b> 百歳体操	<b>28</b> 結核検診	<b>29</b>
午後	休館日	書道(細)		ネット囲碁 ダーツ	絵画		ネット囲碁
	<b>30</b>	<b>31</b>					

◎今年度、盆踊り大会やお誕生日会・文化祭等は、新型コロナウイルス感染拡大防止(3密の回避が困難)のため中止します。

◎卓球ひろば・ディスコンひろばは、子ども子育てプラザの軽運動室が使用できないため中止です。

◎囲碁・将棋の活動日が変更。8月《囲碁：火・木・土、将棋：月・水・金》しばらくの間、囲碁・将棋大会は中止します。



フッピー

福島区マスコットキャラクター