

きらめき センターだより

2022年12月発行

12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

はじめての俳句 ~17文字で青春の思いや生きる哀歓を詠む~

初心者やもう一度初心に戻って学びたい方に、俳句のルール・コツなどを分かりやすく教えてもらいましょう。

日本にしかない四季の移ろいに目を留めて、十七音の言葉と余白に自分の想いを込めてみませんか？

無料

- 日時：12月10日（土）午後1:00～2:30
場所：きらめきセンター クラブ室
講師：小寺昌平氏（公益社団法人 俳人協会会員）
定員：10名（先着順）
対象：市内在住の60歳以上の方
持ち物：筆記用具
申込み：12月6日（火）午前10:00より来館か電話で。



マスク着

- ◆講習の後、きらめきセンター同好会の「俳句清和会」に続けて参加できます。
楽しい仲間と楽しい句会を共にすることにより、巡る季節や多くの季語に接し
五七五の定型を駆使して遊びましょう！



健康いきいき教室

今の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える体操です。

- 日時：令和5年1月11日・18日・25日、2月1日・8日
いずれも水曜日、午前10:00～11:30 <全5回>
場所：きらめきセンター 大広間（福島区老人福祉センター）
講師：川畑典子さん（健康運動指導士）
定員：20名（初めての方優先・多数の場合12/6午前10時公開抽選）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、人数調整をしています。

- 参加費：参加者決定後、保険代¥150徴収。（12/6午後2時館内発表）
申込み：12月2日（金）までに、来館・電話でお申込みください。
主催：福島区高齢者のいきがいと健康づくり総合推進会議

マスク着



事業報告 初めてのスマホ体験教室 楽しくわかる iPhone



10月21日(金) 午後 1:30~3:30

10月25日(火) 午前 10:00~12:00 きらめきセンター クラブ室にて

どちらか都合の良い日を申込みして頂きました。

講師はソフトバンクスマートフォンアドバイザー。

知っておきたいスマホ知識、日常生活に役立つ基本(カメラ・地図・位置情報・写真アルバム・ライン・QRコード・音声アシスタント機能・便利アプリの活用方法など)の操作方法を学習しました。初めての方もいれば、忘れてしまったのもう一度という方もおられました。

ステップアップした講座を望む声もありましたので、次年度は考慮したいと思います。

今年度はもう一度3月に予定していますが、アンドロイドでの体験教室になります。



★俳句清和会 小寺昌平 選
千歳飴羽織袴が持ちあぐね
佐野まいか

◆10月31日より、令和5年2月まで足場を組んでの外壁改修工事を行います。
入り口前の駐輪場が資材置き場になり狭くなりますので、十分注意をして出入りしてください。お近くの方は**徒歩でお越しいただきますようお願いいたします。**
 利用者の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、よろしくをお願いいたします。

✿今年も、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、思うように活動することが困難な一年でしたが、当センターをご利用いただきありがとうございました。来年は、新型コロナウイルスも落ち着き、皆様に楽しんで頂けるようになることを心から祈ります。お身体に気を付けて良い年をお迎えください。来年も、きらめきセンターをよろしくをお願いいたします。



フッピー 福島区マスコットキャラクター

年末大掃除 ご協力をお願い

12月28日(火) 3:00より、館内の大掃除を行います。
 年末のお忙しい時期ですが、普段使用している部屋や囲碁・将棋なども綺麗にして、一年の汚れを落としましょう!ご協力をお願いいたします。
 一般のご利用は午後3:00までとさせていただきます。よろしくをお願いいたします。



あなたと私は、赤い羽根でつながっている。

赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金は、1947年に「国民たすけあい運動」としてスタートし、第76回目を迎えます。高齢者・障がい者・子どもたちへの福祉活動やボランティア活動などに役立てられます。災害があったところでも被災地の応援のために「災害等準備金」が使われます。きらめきセンターでは、10月1日より窓口にて募金箱を設置しています。ご協力よろしくをお願いいたします。



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	午後1:00～4:30	月¥1000		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	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		
俳句清和会	第2土	午後1:00～4:00	月¥1000		募集中
詩吟	第2・3土	午前10:00～12:00	年¥2000		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			休止中
カラオケ2	第2・4水	午前10:00～12:00	年¥2000	入会金¥1000	休止中
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
ティーセレモニー(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1:00～3:00	月¥1000	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		募集中
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・プア	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(幸福クラブ)	第3木	午後2:00～3:00	年¥500	8月休み	6月～
シニアフィットネス	月数回 水(不定期)	午前10:00～11:30	1回¥500		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)	休止中

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、活動を休止している同好会があります。

※入会希望の方は、活動日に見学にお越しください。



12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	 ご協力よろしくお願いいたします					1 ゲーム1 フラダンス 百歳体操	2 シニア元気	3
午後						菅細工 クリスマスリース		
午前	4 休館日	5 大正琴、民踊 初級囲碁教室	6 百歳体操	7 シニアフィットネス	8 ゲーム1 百歳体操	9	10 詩吟 フラダンス	
午後				ダーツ	絵画	ゲーム2	はじめての俳句 俳句清和会	
午前	11 休館日	12 民踊 初級囲碁教室	13 百歳体操	14	15 ゲーム1 ティーセレモニー フラダンス 百歳体操	16 シニア元気	17 詩吟 フラダンス	
午後		書道	(老ク)会長会	折り紙 ダーツ	笑いヨガ		折り紙	
午前	18 休館日	19 民踊 大正琴 初級囲碁教室	20 介護予防ダンス 百歳体操	21 シニアフィットネス	22 ゲーム1 介護予防ダンス 百歳体操	23	24	
午後				ダーツ	絵画	ゲーム2		
午前	25 休館日	26 民踊 初級囲碁教室	27 百歳体操	28	29 休館日	30 休館日	31 休館日	
午後		書道(細)		生花 ダーツ				

◎12/28(水)は館内の大掃除です。囲碁・将棋、ぬり絵や数独のお渡し等のご利用は3時までになります。

◎12/29(木)～1/3(火)まで、年末・年始のため休館です。

1/4(水)から通常どおり開館いたします。良いお年をお迎えください。

