

きらめき センターだより

2023 年 9 月 発行

9 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

消費者トラブルにあわないために ～未然にトラブル防止！～

無料

- 日 時：10 月 4 日（水）午前 10:00～11:00
場 所：きらめきセンター クラブ室
講 師：大阪市消費者センター 暮らしのナビゲーター
内 容：消費者トラブルについて、注意が必要な手口や未然に防止する方法を
分かりやすく解説してもらいます。
定 員：20 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：9 月 6 日（水）午前 10:00 ～ 来館か電話で。
※定員になり次第締め切ります。



ルネックウォーキング体験教室

正しい歩き方で、運動効果もアップ

- 日 時：①10 月 16 日（月）午前 9:30～11:00 ※雨天予備日 10/30(月)
②10 月 23 日（月）午前 9:30～11:00 （小雨決行）
※1 回だけの参加、2 回とも参加、どちらでも OK です。

場 所：福島区下福島公園（福島区福島 4-1）
JR 東西線「新福島駅」から徒歩 5 分、
京阪中之島線「中之島駅」から徒歩 3 分

集合場所：下福島公園内 ジョギングコース案内図前

講 師：ez to up パーソナルトレーニングジム

対 象：市内在住の 60 歳以上の方

定 員：各 20 名（先着順）

参 加 費：1 回 30 円、2 回参加の場合 60 円（保険代）

服 装：ウォーキングに適した動きやすい服装、
両手があくバック（両手にポールを持ちます）

持 ち 物：水分補給用の飲み物

申 込 み：9 月 12 日（火）午前 10:00～

ご本人が参加費を添え、センター窓口でお申込みください。

※当日、体調が優れない場合は参加を見合わせてください。



※ 9:15 分集合



お誕生日会のお知らせ

【7・8・9】月にお誕生日を迎える方

日 時：9月20日（水）午後 1:30 ～

場 所：きらめきセンター 大広間

内 容：・館長お祝いのことば ・プレゼント贈呈
・保育所のこどもたちからのお祝い
・記念撮影 ・演芸（先着15組）

申込み：9月15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



★事業報告 盆踊り大会：きらめきセンター大広間にて

海老江保育所の5歳児さん、子ども子育てプラザの乳幼児と保護者の方、民踊同好会ときらめきセンター利用者、議員3名との盆踊り大会を開催しました。去年はセンター利用者のみでしたので、久しぶりに子どもたちとの世代間交流が出来て良かったです。



特殊詐欺に気を付けよう！

区役所や税務署などの職員と偽り、ATMを操作させる還付金詐欺が多発しています。

その他、金融機関や警察官と偽るなど様々な手口の特殊詐欺が発生しています。

家族構成や口座番号などの個人情報を探ねてくる電話は、すべて詐欺です！

区役所職員や警察官を名乗る電話があれば、担当課と名前を聞いて電話を切り、

相手から聞いた番号ではなく、福島区役所 06 - 6464 - 9983

福島警察署 06 - 6465 - 1234 へかけて確認してください。



☂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できません。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。 ☎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ございますので、予めご了承ください。よろしくお願いいたします。



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			
カラオケ 2	第 2・4 水	午前 10:00～12:00	年 ¥ 2000	入会金 ¥ 1000	
民謡	第 1～4 月	午前 10:00～12:00	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
実用書道	第 4 火	午前 10:00～12:00	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 ヵ月 ¥ 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	募集中
笑いヨガ (幸福島クラブ)	第 3 木	午後 2:00～3:00	月 ¥ 100	8 月休み	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	1 回 ¥ 500		募集中
リズムセラピー ♪	第 1 か第 2 の火、第 2 木のどちらか	午前 10:00～11:30	6 ヵ月 ¥ 1200		R5.4 月～

※募集中の同好会に入会希望の方は、活動日に見学にお越しください。



9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						1 卓球2 シニア元気	2
午後						音読による脳トレ	卓球1
午前	3 休館日	4 民踊、大正琴 初級囲碁教室 卓球ひろば	5 リズムセラピー 百歳体操	6 シニアフィットネス	7 ゲーム1 フラダンス 百歳体操	8 座ってピクス 卓球2	9 詩吟 フラダンス
午後		ディスコンひろば	卓球1	ネット囲碁 ダーツ		ゲーム2	俳句清和会
午前	10 休館日	11 民踊 初級囲碁教室 卓球ひろば	12 健康体操 百歳体操	13 モビバン体操 カラオケ2	14 ゲーム1 リズムセラピー 百歳体操	15 卓球2 シニア元気	16 詩吟 フラダンス
午後		書道 ディスコンひろば	卓球1 (老ク)会長会	折り紙 ネット囲碁 ダーツ	絵画	音読による脳トレ	折り紙
午前	17 休館日	18 休館日 敬老の日	19 介護予防ダンス 百歳体操	20 (お誕生日会会場準備) お誕生日会	21 ゲーム1 ティーセレモニー フラダンス 百歳体操	22 座ってピクス 卓球2	23 休館日 秋分の日
午後			卓球1	ネット囲碁	笑いヨガ	ゲーム2	
午前	24 休館日	25 民踊、大正琴 初級囲碁教室 卓球ひろば	26 健康体操 実用書道 百歳体操	27 モビバン体操 カラオケ2	28 介護予防ダンス ゲーム1 百歳体操	29 気功体験教室	30
午後		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		



◇囲碁・将棋はどちらも 午後 1:00～活動しています。
9月20日は、お誕生日会の為お休みになります。
よろしくお願いいたします。



福島区マスコットキャラクター