

きらめき センターだより

2026年5月発行

5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

シニアの脳トレ ～なつかしの「つるかめ算」～

小学校で習ったなつかしの「つるかめ算」のシニア向け脳トレ講座です。
むずかしい計算や答えを急ぐことはせず、「考え方」を楽しみます。
久しぶりに算数にふれる方でも、安心してご参加いただけます。



日 時：5月29日（金）午後 1:30～3:00

場 所：きらめきセンター クラブ室

講 師：森 耕三 氏

（行政書士、認知症資産相談士、中小企業診断士、FP2級など）

定 員：20名（先着順）

持ち物：筆記用具

申込み：5月7日（木）午前 10:00～ 来館・電話で。

※定員になり次第締め切ります。



出前講座 大阪管区気象台 ～地球温暖化～



近年、夏が長くなったと感じることはないでしょうか？

また、昨年の「猛暑」も記憶に新しいところかと思えます。「地球温暖化」という言葉もよく耳にしました。今回は、この「地球温暖化」についての原因やこれまでの状況・将来予測、雨の降り方・海の状態への影響などのお話をして頂きます。

日 時：6月5日（金）午後 1:30～3:00

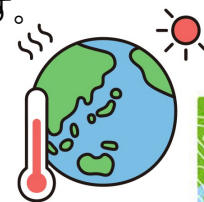
場 所：きらめきセンター クラブ室

講 師：金田 芳彦 氏

大阪管区気象台 気象防災部 地域防災推進課 地球温暖化情報官

定 員：20名（先着順）

申込み：5月7日（木）午前 10時～ 来館か電話で。



※R8年4月から、**利用証の更新**を行っています。

利用証をセンター窓口へ提出してください。

〒住所・電話番号・緊急連絡先などの

変更がある方はお申し出ください。

利用証更新のお願い



「スマホ活用講座」 ～初めての生成 AI～

日 時：5月20日（水） 午後 1:30～3:00

場 所：きらめきセンター クラブ室

内 容：新しい検索体験。生成 AI の身近な活用。

講座終了後、質問のある方には個別でお答えします。

講 師：ソフトバンク スマートフォンアドバイザー

対 象：市内在住の60歳以上の方

定 員：20名（先着順） ※定員になり次第締め切り

申込み：5月7日（木）午前 10:00～ 来館か電話で。

☆スマホは1人1台貸し出します。



★俳句清和会 小寺昌平 選
 龍月早世の母重ねみる

清水 笙子

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17日（水） 午後 1:30 ～

場 所：きらめきセンター（福島区老人福祉センター）

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12組）

申込み：5月19日（火）～6月12日（金）まで。
 （お誕生日の方、演芸出演の方）



事業報告

・交通安全セミナー ～自転車を安全に利用するために～ 3/6

講師：福島警察署 交通課 中 浩一 氏

令和8年4月1日から、自転車に青切符が適用されています。

警察庁では、制度改正の趣旨を広く理解していただくとともに、安全・安心な自転車の利用に役立てていただくことを目的としています。自転車の交通事故の抑止を図るためのものです。自転車を安全に利用するための交通ルールを学びました。質問が多数あり関心の高さが伺えました。



・第12回「きらめきミーティング」 3/19

福島区長:工藤氏と当センター利用者との座談会

老人クラブに協力を頂き、事前に頂いた質問に沿って区長に解答していただきました。鷺洲歩道橋の改善要望・区民センターホール控室設備への要望・大開から海老江間の道路状況のこと等、担当所管に確認をし誠意を持ってお答え頂きました。



◆参加申込者が以下に該当すると当センターが判断した場合、当センターは申込を取消し、講座からの退席を命じ、今後の利用をお断りいたします。

1. 講座進行の妨げ（記録用・報告用写真撮影の妨げを含む）になる場合。
2. 他の利用者の迷惑になる場合。
3. 自転車及び駐輪場利用時に当センターの案内（【お願い】自転車の駐輪について）が遵守されない場合。
4. その他、当センターの利用が不適切または不適当と認められる場合。



きらめきセンター（福島区老人福祉センター）は
 大阪市在住で60歳以上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
入門・初級囲碁教室	毎週 月	午前 10:00～12:00		初心者大歓迎	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	8 月休み	募集中
詩吟	第 2・3 土	午前 10:00～12:00	年 3000		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	第 1・3 木	午後 1:00～4:00	年 3000	初回のみ入会金 ¥1000	
カラオケ 2	第 2・4 水	午前 10:00～12:00	年 2000	初回のみ入会金 ¥1000	
カラオケ 3	第 1・3 火	午前 10:00～12:00	使用料: - 回 1000 円を当日参加者で負担		募集中
民踊	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
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		募集中
実用書道	第 4 火	午前 10:00～12:00	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 ¥3500		
フラダンス・ブア	第 1・3 木	午前 10:00～12:00	月 2000		
ゲーム	第 2・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	
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♪	毎月第 2・4 木曜日	午前 10:00～11:30	6 カ月 ¥2000 (4月～9月)	途中入会 OK	募集中

リズムセラピー♪会員募集! : 途中入会 OK !

※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。



5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 シニア元気 卓球2	2
午後									
午前	3 休館日 憲法記念日	4 休館日 みどりの日	5 休館日 子どもの日	6 休館日 振替休日	7 フラダンス 百歳体操 カラオケ1	8 卓球2 ゲーム	9 詩吟 フラダンス 俳句清和会		
午後									
午前	10 休館日	11 民踊、大正琴 入門・初級囲碁教室 卓球ひろば	12 カラオケ3 百歳体操	13 シニアフィットネス カラオケ2	14 リズムセラピー ゲーム 百歳体操	15 シニア元気 卓球2	16 詩吟		
午後		ディスコンひろば 書道	卓球1 (老ク)会長会	折り紙 ダーツ	絵画 (老ク)広報委員会		折り紙		
午前	17 休館日	18 民踊、大正琴 入門・初級囲碁教室 卓球ひろば	19 介護予防ダンス カラオケ3 百歳体操	20 シニアフィットネス	21 フラダンス ティセレモニー 百歳体操	22 座ってピクス 卓球2	23 フラダンス		
午後		ディスコンひろば	卓球1	スマホ活用講座 初めての生成AI 1:30~ ダーツ	カラオケ1	ゲーム	囲碁大会		
午前	24 休館日	25 民踊 入門・初級囲碁教室 卓球ひろば	26 やさしいヨガ 実用書道 百歳体操	27 モビバン体操 カラオケ2	28 リズムセラピー ゲーム 百歳体操	29	30 フラダンス		
午後	休館日 31	ディスコンひろば 書道(細)	卓球1	ダーツ (老ク)女性部長会	絵画	シニアの脳トレ なつかしのつるかめ算 1:30~			



フッピー

福島区マスコットキャラクター

◎囲碁・将棋はどちらも 午後 1:00~活動しています。

お誘いあわせのうえお越しください。

◎各同好会に参加されたい方は、
活動時間に見学にお越しください。

