透かしを削除する Wondershare PDFelement

2023年

3月

[毎月15日発行]

キタローだより

北区社会福祉協議会ＨＰ

老人福祉センターは、６０歳以上の市民の方がご利用いただけます。
初めて利用される方は、利用証を発行しますので健康保険証等、住所･氏名･年齢のわかるものをご持参ください。

運営：社会福祉法人大阪市北区社会福祉協議会
発行：大阪市立北区北老人福祉センター
〒530-0035　北区同心 1-5-27
☎　（０６）－６３５２－７０２５
FAX（０６）－６３５２－７０６２

利用時間　午前１０時～午後５時
休 館 日　日曜・祝日・年末年始

【スマートフォン教室】

LINE をマスターして使いこなそう！

LINE 講習会（全2回）

『第一回･基本編』
3月1日(水)
午後2時～4時

『第二回･応用編』
3月3日(金)
午後2時～4時

場　所:本センター　4階講習室
講　師:株式会社　リーガルキャスト　　スマホの学校　リーガルサローラ
対　象:市内在住60歳以上でスマートフォンをお持ちで、2 回連続受講可能な方
定　員:15名
参加費:無料
申込み:2 月 17 日(金)午前 10 時から(要申込･先着順･電話可／本人のみ)

＊当日スマートフォンをお持ちください。
＊事前にアプリをインストールの上、アカウントを作っておいてください。
　分からない方はセンターまでお問い合わせください。
※マスク着用でご参加ください。

キタローLINE 公式アカウント

薬剤師さんによるオンライン『健康フェア』

Zoom を体験してみよう!!

３月１４日(火)　　午後２時～２時３０分

今回のテーマは開催一週間前くらいにお知らせいたします。
健康に関する耳寄りな情報を手に入れることが出来ますよ！

場所：本センター１階集会室
対象：市内在住 60 歳以上の方
定員：10 名程度
参加費：無料
申込み：不要　開始前にセンターにお越しください

※なお、ZOOM を使って個人で自宅から参加したいとお考えの方はセンターまでお問合せください。

新型コロナウイルス感染症などの状況によっては、イベントの開催が変更または中止となる場合があります。

透かしを削除する Wondershare PDFelement

～高齢者の生きがいと健康づくり推進事業～

２月３日（金）「津軽三味線演奏会」

株式会社エクシードの髙野様より寄贈の恵方巻きを参加者のみなさんにお配りし、大変喜んでいただきました。

気迫に満ちた演奏で拍手が沸き起っていました。

歩こう会⑥

日銀大阪支店見学会

【雨天決行】

3月2日（木）
午前９時３５分集合

日本銀行大阪支店の見学会です。
普段利用することがない日銀の役割や業務を知ることができます！
見学時間は１時間です。
この機会に参加してみませんか！

注意
見学中の
撮影・録音・飲食は
禁止されています。

集合場所：大阪市役所正面玄関前付近
対　　象：市内在住６０歳以上の方
定　　員：８名
参 加 費：５０円（保険料）
申 込 み：２月２１日（火）
　　午前１０時から受付開始
　　窓口申し込みのみ（本人のみ）・先着順

※おつりのないようにご用意ください。
※前日・当日の
キャンセルは返金できません。
※マスク着用での参加となります。

キタスマ（スマホボランティア）による

スマホ相談コーナー

3月22日（水）
午後１時３０分～3時

場 所：本センター１階大広間
対 象：市内在住 60 歳以上の方
定 員：時間毎に枠あり。事前予約優先
　（1）　午後１時３０分
　（2）　午後２時
　（3）　午後２時 30 分
申込み：要申込・先着順・電話可
　（当日も枠あれば可）
相 談：無料

住まいのよろず相談

3月8日（水）午後１時３０分～３時３０分
本センター　１階　大広間

住まいのお困りごと、何でも聞いてください。
自分の住む家の暮らしの不便さ、ドアノブ１個から相談を受け付けます！
住宅改修・住宅処分・一人暮らしの家探しなどどんな小さな相談も大丈夫。
街の不動産屋さんが無料で丁寧に応じてくれます。
その場での回答あり、さらに専門の担当者への案内あり。
※街の不動産屋さんは信頼性の高い、公益社団法人 全日本不動産協会からの派遣。だから安心！

申　込　み：２月１６日（木）午前 10 時から受付開始（電話可）
　事前予約優先。直接当日にお越しいただいた場合は、
　お待ちいただく場合がございます。
共催　公益社団法人　全日本不動産協会大阪府本部北支部

※プライバシーは厳守されますので遠慮なくお越しください。

新型コロナウイルス感染症などの状況によっては、イベントの開催が変更または中止となる場合があります。

透かしを削除する Wondershare PDFelement

3月の行事予定 北区北老人福祉センター

日		月	火	水	木	金	土
	午前	**新型コロナウイルスへの対応について** 今後の状況によっては、予定しておりますイベントなどについて、中止や延期になる場合がありますことを予めご了承くださいますようお願い申し上げます。		1 **ストレッチＡ** 10:00～11:00 **ストレッチＢ** 11:05～12:05 **民舞** 10:00～12:00 **健康太極拳** 10:00～12:00	2 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	3 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	4 **カラオケ** 10:00～12:00 **太極剣基礎編** 10:00～12:00
	午後			**歌体操** 14:00～16:00 スマホ教室① 14:00～16:00	**手芸** 13:00～15:00 **詩吟** 13:30～15:30 歩こう会⑥ 日本銀行見学会	**マジック** 13:00～15:00 スマホ教室② 14:00～16:00 **百歳体操11：30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
5 休館日	午前	6 **コーラス** 10:30～12:00	7 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00 **民謡Ａ** 13:00～15:00 **Pダンス** 13:30～15:30	8 **ﾋﾟﾗﾃｨｽ･ﾖｶﾞⅠ** 10:00～11:00 **ﾋﾟﾗﾃｨｽ･ﾖｶﾞⅡ** 11:30～12:30 **玉すだれ** 10:00～12:00 **健康太極拳** 10:00～12:00	9 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	10 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	11 **三味線** 10:00～12:00 移動図書館 10:30～12:00
	午後	**レクダンス** 13:00～15:00	**百歳体操11:30～**	**春麗句会** 14:00～16:00 住まいのよろず相談 13:30～15:30	**詩吟** 13:30～15:30 **折り紙Ⅱ** 13:30～15:30 苔玉 づくり講習会 14:00～15:00	**茶道** 13:00～16:00 **社交ダンス** 13:30～15:30 百歳体操ステップアップ講習会 11:00～12:00	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
12 休館日	午前	13	14 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00 **民謡Ａ** 13:00～15:00 **書道Ａ** 13:00～14:30 **書道Ｂ** 14:30～16:00 オンライン健康フェア	15 **ストレッチＡ** 10:00～11:00 **ストレッチＢ** 11:05～12:05 **民舞** 10:00～12:00 **健康太極拳** 10:00～12:00	16 **歌体操** 10:30～12:00 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	17 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	18 **カラオケ** 10:00～12:00 **太極剣基礎編** 10:00～12:00
	午後	**フラダンス** 13:00～15:00 **レクダンス** 13:00～15:00	**百歳体操11:30～**	キタロー会 14:00～	**懐メロ会** 13:30～16:00 **手芸** 13:00～15:00 **詩吟** 13:30～15:30	**百歳体操11:30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00 おもちゃ病院 13:30～16:00
19 休館日	午前	20 **コーラス** 10:30～12:00	21 休館日	22 **ﾋﾟﾗﾃｨｽ･ﾖｶﾞⅠ** 10:00～11:00 **ﾋﾟﾗﾃｨｽ･ﾖｶﾞⅡ** 11:30～12:30 **民舞** 10:00～12:00 **健康太極拳** 10:00～12:00	23 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	24 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00 **茶道** 13:00～16:00 **社交ダンス** 13:30～15:30	25 **三味線** 10:00～12:00
	午後	**レクダンス** 13:00～15:00		スマホ相談コーナー 13:30～15:00	**懐メロ会** 13:30～16:00 **折り紙Ⅰ** 13:30～15:30	**百歳体操11:30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
26 休館日	午前	27 **絵手紙** 10:00～12:00	28 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	29 **民舞** 10:00～12:00	30 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	31 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	
	午後	**フラダンス** 13:00～15:00 **レクダンス** 13:00～15:00	**民謡Ｂ** 13:00～15:00 **書道Ａ** 13:00～14:30 **書道Ｂ** 14:30～16:00 **百歳体操11:30～**			**百歳体操11:30～**	

※サークル・同好会に入会希望の方は一度見学にお越しください。活動日時は変更する場合がありますのでご了承ください。