

2022年
10月

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

[毎月15日発行]

高齢者の生きがいと健康づくり推進事業/世代間交流事業

『趣味の作品展』

誰でも
見学可

10月19日(水) 午前10時～午後4時
10月20日(木) 午前10時～午後3時

北老人福祉センターのサークル・同好会のみなさんの作品をはじめ、老人クラブのみなさんや地域の高齢者の方が、趣味として創作された作品を展示しています。また、同心保育園の園児たちのかわいい作品も同時に展示しています。いずれも素晴らしく力作揃いです。みなさんお誘いあわせの上、お越しください。 ※詳細については窓口までお問合せください。

キタローLINE 公式アカウント



一般の方の作品も募集しています!!
詳細については、窓口までお問合せください。

本センターをご利用の際は、検温とマスク着用をお願いします。

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。

イベント報告

「みきちゃんとみんなのうた広場」③
8月31日(水)

みなさん、大きな声で
歌って、楽しまれました。♪

サークル紹介

三味線 会員募集!!

【サークル概要】

活動日：毎月第2・4土曜日
時 間：午前10時～正午
場 所：本センター1階大広間
会 費：月1,500円
※講師の先生により丁寧に指導していただいております。
※入会希望の方は、一度見学にお越しください。
詳しくは窓口まで。
講師の先生からのコメント：「童謡、歌謡曲、民謡等簡単な曲を弾いて楽しんでいます。」

社交ダンス 会員募集!!

【サークル概要】

活動日：毎月第2・4金曜日
時 間：午後1時30分～3時30分
場 所：本センター4階講習室
会 費：月1,200円
※講師の先生により丁寧に指導していただいております。
※入会希望の方は、一度見学にお越しください。
詳しくは窓口まで。
世話人さんからのコメント：「高齢者の体力向上・健康増進のために、楽しみましょう。」

新館長ご挨拶

はじめまして。9月から館長に就任いたしました大坪です。
老人福祉センターでのお仕事は初めてで、
毎日事務所で冷や汗やあぶら汗をかきながら右往左往しています。
笑うことは健康によいと聞きます。コロナ禍で不自由を感じる日々が続いておりますが、
利用者様の笑顔が増えるお手伝いを、職員の皆さんと協力してやっていきたいと思っております。
来館されたときには気軽にお声がけください。これからよろしくお願ひします。



館長 大坪信仁

みきちちゃんとみんなのうた広場

10月5日(水) 午後1時30分～3時

場 所：本センター 4階講習室 定 員：30名
講 師：一ノ瀬 美貴子先生 参加費：無料
対 象：市内在住60歳以上の方 申込み：先着順

※9月29日(木)午前10時から受付開始
※申し込みは、電話/窓口ともに本人のみ。

薬剤師さんによる ZOOM を体験してみよう!!

オンライン 「健康フェア」

10月11日(火)午後2時～2時30分

過去のテーマ (原則、毎月第二火曜日開催)
9月度「骨粗しょう症について」
今回のテーマは開催 1 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できますよ!!

場 所：本センター1階 集会室 参加費：無 料
対 象：市内在住60歳以上の方 申込み：不要
定 員：10名程度 (開始前にセンターにお越しください)

※なお、ZOOM を使って個人でご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下さい。

キタスマ(スマホボランティア)による
スマホ初心者の方の

スマホ相談コーナー

10月17日(月)

午後2時30分～4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
相談：無料
定員：12名(事前予約優先)
申込み：要申込・先着順・電話可
*当日に枠があれば受け付けいたします。

高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

ペットボトルボウリング大会

10月19日(水)午前10時30分～11時30分

ボウリングのピンは、ペットボトルで手作りしています。
楽しく体を動かしてみませんか。

場 所：センター 4階講習室
対 象：市内在住60歳以上の方
定 員：20名
参 加 費：無料
申 込 み：10月4日(火)午前10時から受付開始
(要申込、先着順、電話可)
グループでの申し込みは、2名までとします。

※当日は、検温とマスク着用をお願いします。

高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

frap コンサート～マリンバの響き～

10月20日(木)午前10時30分～11時30分

関西を中心に活動しているアンサンブルグループ frap (フラップ) による
マリンバコンサートです。やさしい音色をお楽しみください。

場 所：本センター 4階講習室
出演者：アンサンブルグループ frap (フラップ)
対 象：市内在住60歳以上の方
定 員：30名
参加費：無料
申込み：9月30日(金)午前10時から受付開始
要申込・先着順・電話可

※グループでの申し込みは、窓口・電話2名まで。

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。

10月の行事予定 北区北老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土	
		<p style="text-align: center;">新型コロナウイルスへの対応について</p> <p>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せようようお願い申し上げます。</p>				<p>1</p> <p>午前 カラオケ 10:00~12:00 太極剣基礎編 10:00~12:00</p> <p>午後 パソコン 13:00~15:30 卓球 13:00~15:00</p>	
2	3	4	5	6	7	8	
休館日	午前	<p>コーラス 10:30~12:00 絵手紙(臨) 10:00~12:00</p>	<p>囲碁勉強会 10:00~12:00 卓球 10:00~12:00</p>	<p>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 歌体操 14:00~16:00 うた広場 13:30~15:00</p>	<p>琴 10:00~12:00 太極 北斗の星 10:00~12:00</p>	<p>太極 北斗の剣 10:00~12:00</p>	<p>三味線 10:00~12:00 移動図書館 10:30~12:00</p>
	午後	<p>フラダンス(臨) 13:00~15:00 レクダンス 13:00~15:00</p>	<p>民謡A 13:00~15:00 Pダンス 13:30~15:30 百歳体操11:30~</p>	<p>手芸 14:00~16:00 詩吟 13:30~15:30</p>	<p>マジック 13:00~15:00 百歳体操11:30~</p>	<p>パソコン 13:00~15:30 卓球 13:00~15:00</p>	
9	10	11	12	13	14	15	
休館日	午前	<p>スポーツの日 (休館日)</p>	<p>囲碁勉強会 10:00~12:00 卓球 10:00~12:00</p>	<p>ピ・ヲイス・ヨカ I 10:00~11:00 ピ・ヲイス・ヨカ II 11:30~12:30 玉すだれ 10:00~12:00 健康太極拳 10:00~12:00 春麗句会 14:00~16:00</p>	<p>琴 10:00~12:00 太極 北斗の星 10:00~12:00</p>	<p>太極 北斗の剣 10:00~12:00</p>	<p>カラオケ 10:00~12:00 太極剣基礎編 10:00~12:00</p>
	午後	<p>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 百歳体操11:30~</p>	<p>折り紙II 13:30~15:30 詩吟 13:30~15:30</p>	<p>茶道 13:00~16:00 社交ダンス 13:30~15:30 百歳体操11:30~</p>	<p>パソコン 13:00~15:30 卓球 13:00~15:00 おもちゃ病院 13:30~16:00</p>		
16	17	18	19	20	21	22	
休館日	午前	<p>コーラス 10:30~12:00</p>	<p>作品展準備日</p>	<p>趣味の作品展 10:00~16:00</p>	<p>趣味の作品展 10:00~15:00</p>	<p>太極 北斗の剣 10:00~12:00</p>	
	午後	<p>レクダンス 13:00~15:00 キタスマ 13:15~ スマホ相談コーナー 14:30~16:00</p>	<p>★百歳体操は休み ★バンパー休み ★囲碁ひろば休み</p>	<p>ペットボトルホウリング大会 10:30~11:30 ★バンパー休み ★囲碁ひろば休み</p>	<p>フラップコンサート 10:30~11:30 ★バンパー休み ★囲碁ひろば休み</p>	<p>パソコン 13:00~15:30 卓球 13:00~15:00</p>	
23	24	25	26	27	28	29	
休館日	午前	<p>絵手紙 10:00~12:00</p>	<p>囲碁勉強会 10:00~12:00 卓球 10:00~12:00</p>	<p>ピ・ヲイス・ヨカ I 10:00~11:00 ピ・ヲイス・ヨカ II 11:30~12:30 民舞 10:00~12:00 健康太極拳 10:00~12:00</p>	<p>琴 10:00~12:00 太極 北斗の星 10:00~12:00</p>	<p>太極 北斗の剣 10:00~12:00</p>	<p>三味線・民謡A おさらい会</p>
	午後	<p>フラダンス 13:00~15:00 レクダンス 13:00~15:00</p>	<p>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~</p>	<p>健康太極拳 10:00~12:00 キタロー会 14:00~</p>	<p>懐メロ会 13:30~16:00 折り紙 I 13:30~15:30</p>	<p>茶道 13:00~16:00 社交ダンス 13:30~15:30 百歳体操11:30~</p>	<p>卓球 13:00~15:00 ★バンパー休み</p>
30	31	<p>10/19(水)・20(木)の「趣味の作品展」は、どなたでも観覧できます！</p> <p>センター内では、マスクを着用してください。</p>					

※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。