2019年

8月

[毎月15日発行]

キタローだより

（北区北老人福祉センター）

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

キタロー寄席

納涼特集

８月１日（木）
午後１時３０分～３時３０分

演　目

「腕食い」	八軒家 雲之助
「ウクレレ漫談」	天神亭 志ん香
「死神」	八軒家 好　薬
「不動坊」	天神亭 真ん紀

場　所：当センター　１階大広間
出　演：素人寄席「てんてん」
対　象：市内在住６０歳以上の方
定　員：７０名
参加費：無料
申　込：要申込・先着順・電話可
グループでの申込は、窓口４名・電話２名まで
※7月18日（木）午前１０時から受付開始

キタロー茶屋

８月９日（金）午前 11 時 30 分～午後２時

茶屋を利用すると体験コーナーに参加できます。もちろん、お茶をのむだけでもOK。体験コーナーに参加できるのは、市内在住の60 歳以上の方。体験コーナーに参加の方は、午後１時 30 分までにお越しください。

体験コーナーは
「おりがみ：うさぎとかえる」

コーヒー　紅　茶　昆布茶　ジュース
お菓子付50円

場所：当センター　１階　談話室

夏休み企画　～世代間交流事業～

キタロー茶屋の小・中学生ボランティア募集！
８月９日（金）午前 11 時～午後２時 30 分まで

キタロー茶屋（喫茶）で、センターの利用者のみなさんと一緒にお手伝いしてくれる、小・中学生のボランティアを募集します♡

場　所：当センター　１階 談話室
対　象：市内在住の小学生・中学生
定　員：10 名
参加費：３００円（ボランティア保険代）
　　申込の時に、ご持参ください。
持ち物：当日にエプロン、三角巾またはバンダナ
※要窓口申込・先着順
※参加申込は、保護者の同意が必要です。

みきちゃんと みんなのうた広場 ③

８月７日（水）
※7月23日（火）午前１０時から受付開始

童謡・唱歌や懐かしい名曲をキーボードにあわせてみんなで楽しく歌いましょう。

時　間：午後１時３０分～３時
場　所：当センター　４階 講習室
講　師：一ノ瀬　美貴子先生
対　象：市内在住６０歳以上の方
定　員：８０名
参加費：無　料
申　込：要申込・先着順・電話可（グループでの申込みは、窓口４名・電話２名まで）

水分補給用の飲み物をご持参ください

私たちの情報源 新聞社を見に行こう

雨天決行

８月28日(水)　午前11時20分 集合

北区にある、読売新聞社に行きます。見学は１１時３０分から（時間厳守）
１３時までの予定。情報収集から新聞の発行までを学んでみませんか！

集合場所：読売新聞大阪本社ビル１階ロビー「Ｙスクエア」
対　　象：市内在住６０歳以上の方　　定　員：２８名
参 加 費：３０円（保険代）※おつりのないようにご用意ください
※交通費各自負担　※前日・当日のキャンセルは返金できません。
申　　込：７月３０日（火）午前１０時から受付開始(窓口申込のみ・先着順)
※グループでの申込は、２名までとします。

注）見学前に必ずお手洗いをすませてください。
階段の昇り降りがあります。歩きやすい服装・くつでお願いします。
見学中の飲食不可です。（水分は最後のお部屋以外禁止となります。）
写真撮影は２階のみ（ビデオ不可）。

健康相談

主催：（一社）大阪市北区薬剤師会、共催：北老人福祉センター・OGM ラボ

「健康を考える会」

健康に関することならなんでも、
気軽に語り合ってみませんか？

8月29日（木）午後1時30分～3時30分

☆特に申込は必要ありません。当日、センターに直接お越しいただき受付いたします。

場　所：北老人福祉センター　１階　大広間
対　象：市内在住６０歳以上の方
参加費：無　料　　持参物：おくすり手帳（なくてもいいですが、あると相談がスムーズです）
薬剤師が皆さんをお迎えいたします。身近な相談窓口として、お気軽にご利用ください。

＜高齢者福祉月間事業＞

老人福祉センター
８館合同ボウリング大会

【北区北・北区大淀・中央区東・中央区南・浪速区・西区・天王寺区・都島区】

開催日時：９月５日（木）　午前９時 30 分　集合　（正午解散予定）
集合場所：道頓堀ドラゴンボウル　３階
対　　象：市内在住 60 歳以上の方
定　　員：15 名
参 加 費：830 円（２ゲーム代・保険代）※靴は各自で借りてください。（300 円）
※集合場所までの交通費は各自負担。
※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いたしません。
申込受付：８月１日（木）より参加費を添えてお申込みください。
※窓口のみ申込・先着順。グループでの申込は、４名までとします。

8月の行事予定　北区北老人福祉センター

日		月	火	水	木	金	土
休館日	午前 午後	**熱中症に注意しましょ** ◎予防のポイント◎ ・こまめに水分補給！ ・室温２８℃を超えないように、エアコン等を使いましょう。 ・無理をせず適度に休憩をとりましょう。 ・日頃から栄養バランスの良い食事と体力づく			1 琴 10:00～12:00 太極　北斗の星 10:00～12:00 手芸 14:00～16:00 詩吟 13:30～16:00 キタロー寄席 13:30～15:30 ★囲碁集会室Ⅱ	2 新舞踊 10:00～12:00 レク五反田 10:00～12:00 百歳体操13:00～	3 カラオケ 10:00～12:00 太極　北斗の剣 10:00～12:00 卓球 13:00～15:00 彩り講座（大淀） 13:30～15:30
4 休館日	午前 午後	5 コーラス 10:30～12:00 大正琴 10:00～12:00 オカリナ 13:00～15:00 レクダンス 13:00～15:00	6 囲碁勉強会 10:00～12:00 マジック 10:00～12:00 卓球 10:00～12:00 民謡Ａ 13:00～16:00 Ｐダンス 13:30～15:30 百歳体操13:00～	7 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 うた広場③ 13:30～15:00	8 琴 10:00～12:00 太極　北斗の星 10:00～12:00	9 新舞踊 10:00～12:00 茶道（萌黄） 10:00～12:00 太極　北斗の剣 10:00～12:00 茶道（浅黄） 13:00～16:00 レク五反田 13:00～15:00 キタロー茶屋 百歳体操13:00～	10 卓球 13:00～15:00 移動図書館 11:30～12:20
11 休館日	午前 午後	12 振替休日 （休館日）	13 囲碁勉強会 10:00～12:00 卓球 10:00～12:00 民謡Ａ 13:00～16:00 書道Ａ 13:00～14:30 書道Ｂ 14:45～16:15 ★百歳体操休み	14 ヨガⅠ 10:00～11:00 ヨガⅡ 11:30～12:30 春麗句会 14:00～16:00	15 太極　北斗の星 10:00～12:00	16 太極　北斗の剣 10:00～12:00 ★百歳体操休み	17 カラオケ 10:00～12:00 卓球 13:00～15:00 おもちゃ病院 13:30～16:00 ★囲碁集会室Ⅱ
18 休館日	午前 午後	19 オカリナ 13:00～15:00 レクダンス 13:00～15:00	20 囲碁勉強会 10:00～12:00 卓球 10:00～12:00 民謡Ｂ 13:00～16:00 Ｐダンス 13:30～15:30 百歳体操13:00～	21 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 山水句会 14:00～16:00 キタロー会 14:00～	22 琴 10:00～12:00 太極　北斗の星 10:00～12:00	23 新舞踊 10:00～12:00 茶道（萌黄） 10:00～12:00 太極　北斗の剣 10:00～12:00 茶道（浅黄） 13:00～16:00 百歳体操13:00～	24 卓球 13:00～15:00
25 休館日	午前 午後	26 絵手紙 10:00～12:00 大正琴（臨） 10:00～12:00 レクダンス 10:00～12:00 社交ダンス 13:30～15:30	27 囲碁勉強会 10:00～12:00 卓球 10:00～12:00 民謡Ｂ 13:00～16:00 書道Ａ 13:00～14:30 書道Ｂ 14:45～16:15 百歳体操13:00～	28 ヨガⅠ 10:00～11:00 ヨガⅡ 11:30～12:30 民舞 10:00～12:00 健康太極拳 10:00～12:00 読売新聞社見学	29 琴 10:00～12:00 太極　北斗の星 10:00～12:00 健康を考える会 13:30～15:30 ★囲碁集会室Ⅱ	30 太極　北斗の剣 10:00～12:00 百歳体操13:00～	31 卓球 13:00～15:00

※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。