2024年

4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

みきちゃんと みんなのうた広場①

申込み方法が変更になりました

４月２４日（水）

童謡・唱歌や懐かしい名曲を
キーボードの伴奏にあわせて
みんなで楽しく歌いましょう

※3月18日（月）午前10時から22日（金）午後5時まで受付

時　間：午後１時３０分～３時
場　所：本センター　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：４０名
参加費：無　料
申込み：電話・窓口ともに本人のみ
※申込方法が抽選に変更になりました
受付終了後、抽選し、当選の方のみ、
３月２７日（水）に連絡します。

センターからのお知らせ
利用証の更新をしましょう！

４月１日から受付窓口にて更新手続きを行います。

来館時に令和６年度「利用証」の更新手続きを受付窓口にて行います。
ご住所・電話番号や緊急連絡先の電話番号などが変更されている方は、お申し出ください。

キタローの
あんしんシニアライフセミナー①

正しい施設の選び方

4月10日（水）午後2時～3時

【シニア住宅相談員歴８年の専門家が
わかりやすく解説します】
○最新の老人ホーム事情　○老人ホームってこんなところ
○種類や特徴と選び方

場　所：本センター　4階講習室
講　師：シニア住宅情報・相談センター　取締役副社長
　　シニア住宅相談員歴　約8年
　　宅地建物取引士歴　約15年
　　谷森　慎介先生
対　象：市内在住の60歳以上の方
定　員：20 名
参加費：無料
申込み：3月26日（火）午前10時から受付
　　（要申込・先着順・電話可）
　　※グループでの申し込みは2名まで。

歩こう会①　雨天決行

「自然史博物館へ行こう」

4月17日（水）午前9時 30 分集合

長居公園にある大阪市立自然史博物館は、自然をテーマにしている博物館です。迫力あるクジラの骨格標本や昆虫や蝶の標本など、いろいろな展示をしています。自然史を体感しませんか。解散後は、長居植物園の散策ができます。

集合場所：大阪メトロ堺筋線「扇町」駅
　　北改札口付近（地下１階）
対　　象：市内在住６５歳以上の方
定　　員：20 名
参 加 費：50 円（保険代）
（当日、身分証明書提示）　注）当日、身分証明書を忘れた時は、入館料が必要となります。
入館料　常設展：300 円、特別展：500 円
（セット券：700 円）
※交通費 各自負担・「扇町」→「長居」(片道 290 円)
※前日、当日のキャンセルは返金できません。
※ご参加の方は歩きやすい服装・靴でお願いします。
※水分補給用の飲み物は各自ご用意ください。
※午前 11 時 30 分頃に現地解散予定です。
　昼食は解散後、ご自由に！
申込み：４月３日（水）午前 10 時から受付
　　（先着順・窓口申込みのみ）
　　※グループでの申込みは２名まで。

お気軽に
ご参加ください！

キタロー卓球開放デー

4月13日(土)　午前 10 時～正午

キタロー卓球開放デーが、月１回、土曜日午前中の予定で始まります!

場　所：本センター　４階講習室
対　象：市内在住 60 歳以上
　　（利用証お持ちの方に限ります）
定　員：先着順、２４名まで
参加費：無料
※動きやすい靴・服装で参加してください。
※ラケット・ピンポンは貸し出しします。

令和６年度　サークル・同好会『世話人会』を開催します

４月１９日（金）　午後２時～３時

新年度の活動について、センターからの
お願いや連絡事項などがあります。

※本センターで活動するサークル・同好会の世話人（令和６年度）の方、ご出席願います。

4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	1 **コーラス** 10:30～12:00	2 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	3 **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	4 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	5 **ウクレレ** 10:00～12:00 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	6 **カラオケ** 10:00～12:00 **太極剣基礎編** 10:00～12:00
	午後		**民謡Ａ** 13:00～15:00 **百歳体操11:30～**	**歌体操** 14:00～16:00	**手芸** 13:30～15:30 **詩吟** 13:30～15:30	**マジック** 13:00～15:00 **百歳体操11:30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
7 休館日	午前	8 **コーラス（臨）** 10:30～12:00	9 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	10 **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	11 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	12 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	13 **三味線** 10:00～12:00 卓球開放デー 10:00～12:00 移動図書館 10:30～12:00
	午後	**フラダンス** 13:00～15:30	**民謡Ａ** 13:00～15:00 **書道** 13:00～14:30 **百歳体操11:30～**	**春麗句会** 14:00～16:00 あんしんセミナー① 14:00～15:00	**折り紙** 13:30～15:30 **詩吟** 13:30～15:30	**茶道** 13:00～15:30 **百歳体操11:30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
14 休館日	午前	15	16 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	17 **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	18 **歌体操** 10:30～12:00 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	19 **ウクレレ** 10:00～12:00 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	20 **カラオケ** 10:00～12:00 **太極剣基礎編** 10:00～12:00
	午後		**民謡Ｂ** 13:00～15:00 **百歳体操11:30～**	歩こう会① 自然史博物館	**懐メロ** 13:30～16:00 **手芸** 13:30～15:30 **詩吟** 13:30～15:30	世話人会 14:00～15:00 **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
21 休館日	午前	22 **コーラス（臨）** 10:30～12:00 **絵手紙** 10:00～12:00	23 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	24 **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	25 **琴** 10:00～12:00 **太極 北斗の星** 10:00～12:00	26 **太極 北斗の剣** 10:00～12:00	27 **三味線** 10:00～12:00
	午後	**フラダンス** 13:00～15:30	**民謡Ｂ** 13:00～15:00 **書道** 13:00～14:30 **百歳体操11:30～**	うた広場① 13:30～15:00	**懐メロ** 13:30～16:00 **手芸** 13:30～15:30 **折り紙** 13:30～15:30	**茶道** 13:00～15:30 **百歳体操11:30～**	**パソコン** 13:00～15:30 **卓球** 13:00～15:00
28 休館日	午前	29 昭和の日 （休館日）	30 **囲碁勉強会** 10:00～12:00 **卓球** 10:00～12:00	まだまだ花粉の季節が続いています。 マスク着用や衣類に付着した花粉を 払い落したり等の対策で乗り切りま しょう!! 食中毒にも注意しましょう!!			キタロー LINE公式アカウント 友だち募集中 @061fwmmi
	午後		**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。