

東大阪市立
五条老人センター
2024年(令和6年)6月号

発行元:東大阪市社会福祉協議会 五条老人センター
所在地:東大阪市五条町9番45号
電話:072-985-3751
FAX:072-986-7592
URL:www.heartnet-hoshakyo.org/



★エンジョイ

(お話し・脳トレ・ゲーム)

日時:6月10日(月)
午前10時~11時30分
講師:ボランティアグループ
【エンジョイ】

♥楽しくトライ体操

(体操と楽しいゲーム)

日時:6月17日(月)
午前10時~11時30分
講師:ボランティアグループ
【ダンシングクローバー】

エンジョイ・楽しくトライ体操は、ボランティアグループさんのご協力により当日参加ができるようになりました。お気軽にご参加ください!!

♪ミックスみゅ〜じゅ〜体操

(呼吸を意識した椅子体操)

~6月の開催~
日時:6月14日・28日(金)
午前10時~11時30分
定員:20名 <受付終了>
~7月の開催~
日時:7月12日・26日(金)
午前10時~11時30分
定員:20名 <受付終了>
講師:izumi

◆みんなの体操広場

(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

~6月の開催~
日時:6月24日(月)
午前10時~11時30分
定員:20名 抽選
受付:6月3日(月)~11日(火)
~7月の開催~
日時:7月22日(月)
午前10時~11時30分
定員:20名 抽選
講師:ボランティアグループ【なかよし】

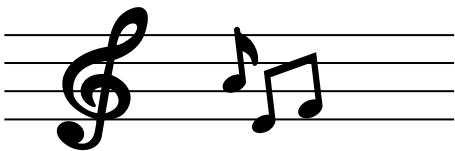
●バランス健康体操

(バランスボールを使ったストレッチ体操)

~6月の開催~
日時:6月26日(水)
定員:20名 抽選
受付:6月3日(月)~11日(火)
~7月の開催~
日時:7月24日(水)
定員:各20名 抽選
時間:①午前10時~11時30分
②午後1時~2時30分
講師:森田 瑞穂 氏

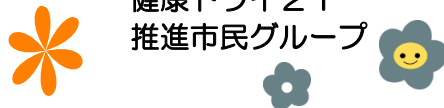
~音楽療法~

日時:6月6日(木)
午後1時30分~2時30分
定員:20名 <受付終了>
内容:童謡、唱歌など、懐かしい曲を歌います!
講師:音楽療法士 岡本 美佳氏



~まちかど測定~

日時:6月20日(木)
午後1時30分~3時00分
定員:25名 抽選
受付:6月3日(月)~11日(火)
内容:体組成チェック、健脳エクササイズ、ラジオ体操
共催事業:東大阪市東保健センター
健康トライ21
推進市民グループ



~庭園清掃の実施について~

皆様のご協力をお願いします!!
日時:6月25日(火)
午前9時集合
(約1時間程度)
※汚れても良い服装でお越してください。
※雨天の場合は中止とさせていただきます。



電話やメールでお金の話
「キャッシュカードの交換」
「ATMで還付金」…など

~消防訓練のご案内~

6月28日(金)
9:30~10:15(予定)
※当日、消防訓練を行いますのでご利用される皆さまのご参加・ご協力をお願いします。
避難場所:センター正門東側

☆健康相談☆

日時:6月6日(木)
午後1時30分~3時
相談員:引田 妙子氏

いきいきネット相談支援センター

*地域の身近な福祉の相談窓口
TEL:072-986-7673
FAX:072-986-7592

令和6年6月 行事予定表

日	曜日	クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般			
		大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的ルーム	その他
1	土				
2	日	【 休 館 日 】			
3	月		華 道		
4	火	折り紙	詩 吟		
5	水	カラオケ1部	カラオケ2部		
6	木		音楽療法	健康相談	
7	金		新舞踊		
8	土				
9	日	【 休 館 日 】			
10	月	エンジョイ	俳 句		エンジョイ例会
11	火	水墨画同好会	書 道	あじさいの会例会	
12	水			初心者卓球教室	茶 道
13	木	歌体操	手 芸	卓球同好会	
14	金	ミックスみゅーじっく体操			
15	土				
16	日	【 休 館 日 】			
17	月	楽しくトライ体操	華 道		ダンシングクローバー例会
18	火		詩 吟		
19	水	カラオケ1部	カラオケ2部	フラワーアレンジメント	
20	木		まちかど測定		
21	金		新舞踊		
22	土				
23	日	【 休 館 日 】			
24	月	みんなの体操広場			
25	火	水墨画同好会	書 道		庭園清掃
26	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②	初心者卓球教室	茶 道
27	木		手 芸	卓球同好会	
28	金	ミックスみゅーじっく体操			消防訓練
29	土				
30	日	【 休 館 日 】			

※行事予定、及び部屋の使用が変更になることがありますのでご注意ください。
 ※行事の詳細につきましては、表面をご覧ください。