

東大阪市立
五条老人センター
2024年(令和6年)11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/



『第38回 クラブ活動発表会』

- ★舞台発表 11月 8日(金) 午前10時～午後1時50分
(歌体操・民謡・カラオケ・詩吟・新舞踊)
- ★作品展示 11月13日(水) 午前10時～午後4時
11月14日(木) 午前10時～午後3時
(華道・水墨画同好会・書道・折り紙・
手芸・俳句・フラワーアレンジメント)
- ★お茶席 11月13日(水) 午前11時30分～お菓子終了まで
(茶道)

♥**楽しくトライ体操**
(体操と楽しいゲーム)

日時: 11月18日(月)

～12月の開催～

日時: 12月16日(月)

講師: ボランティアグループ
【ダンシングクローバー】

～1月の開催～

日程: 1月20日(月)

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!!

★**エンジョイ**

(お話し・脳トレ・ゲーム)

※11月はお休みです

～12月の開催～

日時: 12月9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】

～1月の開催～

※1月はお休みです

♪**ミックスみゅ～じゅく体操**
(呼吸を意識した椅子体操)

日時: 11月22日(金)

午前10時～11時30分

定員: 20名 <受付終了>

講師: Izumi

～12月・1月の開催～

日程: 12月13日・27日(金)

1月10日・24日(金)

受付: 11月1日(金)～11日(月)

抽選: 11月18日(月)

◆**みんなの体操広場**

(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

日時: 11月25日(月)

午前10時～11時30分

定員: 20名 <受付終了>

講師: ボランティアグループ【なかよし】

～12月・1月の開催～

日程: 12月23日・1月27日(月)

受付: 12月2日(月)～6日(金)

抽選: 12月9日(月)

●**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)

日時: 11月27日(水)

①午前10時～11時30分

②午後1時～2時30分

定員: 各20名 <受付終了>

講師: 森田 瑞穂 氏

～12月・1月の開催～

日程: 12月25日・1月22日(水)

受付: 12月2日(月)～6日(金)

抽選: 12月9日(月)

♪**音楽療法**

～童話、唱歌など懐かしい曲を歌います～

日時: 11月21日(木)

午前10時～11時

定員: 20名

講師: 岡本 美佳 氏

<受付終了>

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」…などなど

それは詐欺です!!



～庭園清掃～

日時: 11月26日(火)

午前9時～(1時間程度)

※雨天の場合は中止

ご協力よろしくお願ひいたします

☆**健康相談**☆

日時: 11月19日(火)

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

当老人センターは、CSW(コミュニティ・ソーシャル・カ-)
配置施設です。

身近なことでお困っていることはありませんか?
福祉に関わることならお気軽にご相談ください。

専用電話: 072-986-7673/FAX: 072-986-7592

令和6年11月 行事予定表

クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般					
日	曜日	大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的ルーム	その他
1	金		新舞踊		
2	土				
3	日	【 休 館 日 】文化の日			
4	月	【 休 館 日 】振替休日			
5	火	折り紙	詩 吟	俳 句	
6	水	カラオケ①	カラオケ②		
7	木	クラブ活動発表会 《舞台発表 会場設営》			
8	金	" 《 舞 台 発 表 》			
9	土				
10	日	【 休 館 日 】			
11	月	クラブ活動発表会 《作品展示 会場設営》			
12	火	" 《作品搬入・活けこみ》			
13	水	" 《 作 品 展 示 ・ お 茶 席 》			
14	木	" 《 作 品 展 示 》			
15	金	" 《館内後片付け》			
16	土				
17	日	【 休 館 日 】			
18	月	楽しくトライ体操			ダンシングクローバー例会
19	火		詩 吟	あじさいの会例会/健康相談	
20	水	カラオケ①	カラオケ②		
21	木	歌体操		音楽療法	
22	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡		
23	土	【 休 館 日 】 勤労感謝の日			
24	日	【 休 館 日 】			
25	月	みんなの体操広場			
26	火	水墨画同好会	書 道		庭園清掃
27	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
28	木		手 芸	卓球同好会①②	
29	金		新舞踊		
30	土				

※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。