

東大阪市立
五条老人センター
2025年(令和7年)3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/



3月



★エンジョイ
(お話し・脳トレ・ゲーム)

日時: 3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: 3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〜じゅく体操
(呼吸を意識した椅子体操)

~3月の開催~
日時: 3月14日・28日(金)
午前10時~11時30分
~4月・5月の開催~
日時: 4月11日・25日(金)
5月9日・23日(金)
午前10時~11時30分
定員: 20名 抽選
受付: 3月3日(月)~10日(月)
抽選: 3月12日(水)
講師: Izumi

◆みんなの体操広場
(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

~3月の開催~
日時: 3月24日(月)10:00~11:30
定員: 20名 抽選
受付: 3月3日(月)~10日(月)
抽選: 3月12日(水)
~4月・5月の開催~
日時: 4月28日(月)・5月26日(月)
定員: 20名 抽選
受付: 4月4日(金)~10日(木)
抽選: 4月11日(金)
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)

~3月の開催~
日時: 3月26日(水)
①午前10時~11時30分
②午後1時~2時30分
~4月・5月の開催~
日時: 4月23日(水)・5月28日(水)
定員: 各20名 抽選
受付: 4月4日(金)~10日(木)
抽選: 4月11日(金)
講師: 森田 瑞穂 氏

終活講座

~人生をよりよく
締めくくるために~
日時: 3月6日(木)
午後1時30分~3時
定員: 20名

♥世代間交流事業

あさひっこの子ども達と遊ぼう!
日時: 3月18日(火)
午前10時~11時
定員: 10名
講師: ボランティアグループ
「かざ車の会」



☆健康相談☆

日時: 3月6日(木)
午後1時30分~3時
相談員: 引田 妙子 氏

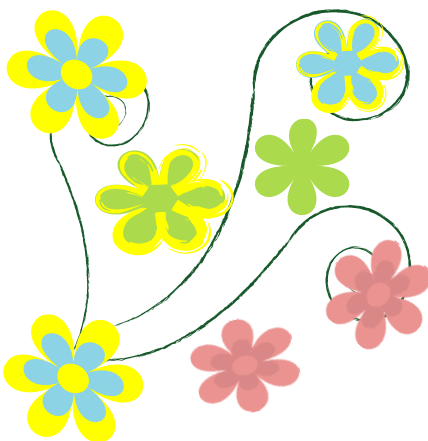
「いきいきネット
相談支援センター」

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



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

それは詐欺です!!



令和7年3月 行事予定表

令和7年3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)	多目的室
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	福祉電話
6	木		終活講座	健康相談
7	金			第三者委員会
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	健康づくりのための「体力測定会」		初心者卓球教室
13	木	歌体操	手 芸	卓球同好会①部②部
14	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡	
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	世代間交流「あさひっ子」	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 福祉電話
20	木	【 休 館 日 】 春分の日		
21	金		新舞踊	
22	土			
23	日	【 休 館 日 】		
24	月	みんなの体操ひろば		
25	火	水墨画同好会	書 道	
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
27	木	新舞踊	手 芸	卓球同好会①部②部
28	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡	
29	土			
30	日	【 休 館 日 】		
31	月			

※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。