

東大阪市立
五条老人センター
2025年(令和7年)5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/

～まちかど測定～

日時:6月11日(水)
午後1時30分～3時00分
定員:25名 抽選
受付:5月1日(木)～8日(木)
抽選・当選発表:5月9日(金)
内容:体組成チェック、ラジオ体操他
※ペースメーカー装着・人工関節の手術
された方は、参加できません。
共催: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
★当選者番号を館内に掲示します

★エンジョイ

(お話し・脳トレ・ゲーム)

日時:5月12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:5月19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)

～5月の開催～ 5/9・23(金)
～6月・7月の開催～
日時:6月13日・27日(金)
7月11日・25日(金)
午前10時～11時30分
講師:IZUMI
定員:20名 抽選
受付:5月1日(木)～8日(木)
抽選・当選発表:5月9日(金)
★当選者番号を館内に掲示します

◆みんなの体操広場

(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

～5月の開催～ 5/26(月)
～6月・7月の開催～
日時:6月23日・7月28日(月)
午前10時～11時30分
講師:ボランティアグループ
【なかよし】
定員:20名 抽選
受付:6月2日(月)～10日(火)
抽選・当選発表:6月11日(水)
★当選者番号を館内に掲示します

●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)

～5月の開催～ 5/28(水)
～6月・7月の開催～
日時:6月25日・7月23日(水)
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
定員:各20名 抽選
受付:6月2日(月)～10日(火)
抽選・当選発表:6月11日(水)
★当選者番号を館内に掲示します

映画鑑賞会「恋は雨上がりのように」2部制

日時:5月30日(金)
1部:午前9時30分～12時00分
2部:午後1時30分～4時00分
※申込は不要で当日のご参加となりましたので、ぜひご参加ください。

～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:5月27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

それは詐欺です!!

●3B体操

(リズムに合わせての体操)

日時:6月19日(木)
午前10時～11時
講師:3B体操公認指導者
定員:25名 抽選
受付:5月1日(木)～8日(木)
抽選・当選発表:5月9日(金)
★当選者番号を館内に掲示します



☆ 健康相談 ☆

日時:5月1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7年5月 行事予定表

令和7年5月 行事予定表					
日	曜日	クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般			その他
		大広間（午前）	大広間（午後）	多目的ルーム	
1	木			健康相談	
2	金		新舞踊		
3	土	【 休 館 日 】 憲法記念日			
4	日	【 休 館 日 】 みどりの日			
5	月	【 休 館 日 】 こどもの日			
6	火	【 休 館 日 】 振替休日			
7	水	カラオケ①部	カラオケ②部		福祉電話
8	木	歌体操	手 芸	卓球同好会①部・②部	
9	金	ミックスみゅ〜じっく体操	民 謡		
10	土				
11	日	【 休 館 日 】			
12	月	エンジョイ	俳 句	折り紙	エンジョイ例会
13	火	水墨画同好会	書 道	あじさいの会例会	
14	水				茶 道
15	木				
16	金		新舞踊		
17	土				
18	日	【 休 館 日 】			
19	月	楽しくトライ体操	華 道		ダンシングクローバー例会
20	火		詩 吟		
21	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
22	木		手 芸	卓球同好会①部・②部	
23	金	ミックスみゅ〜じっく体操	民 謡		
24	土				
25	日	【 休 館 日 】			
26	月	みんなの体操広場		卓球開放日	
27	火	水墨画同好会	書 道	↑ ↓	庭園清掃
28	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②		茶 道/バランス講師控室
29	木				
30	金	映画鑑賞会①部	映画鑑賞会②部	卓球開放日	
31	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。