

東大阪市立
五条老人センター
2025年(令和7年)7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: 7月14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】
※8月はお休みです。

♥楽しくトライ体操
(体操と楽しいゲーム)
※7月・8月はお休みです。
次回は、9月1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)
~7月の開催~
日時: 7月11日・25日(金)
~8月・9月の開催~
日時: 8月8日・22日(金)
9月12日・26日(金)
午前10時~11時30分
定員: 20名 抽選
講師: Izumi
受付: 7月1日(火)~8日(火)
抽選・当選発表: 7月9日(水)
★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)
~7月の開催~
日時: 7月28日(月)
午前10時~11時30分
~8月・9月の開催~
日時: 8月25日(月)・9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】
受付: 8月1日(金)~7日(木)
抽選・当選発表: 8月8日(金)
★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)
~7月の開催~
日時: 7月23日(水)
~8月・9月の開催~
日時: 8月27日(水)・9月24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 抽選
講師: 森田 瑞穂 氏
受付: 8月1日(金)~7日(木)
抽選・当選発表: 8月8日(金)
★当選者番号を館内に掲示します

映画鑑賞会「at Homeアットホーム」2部制

日時: 7月29日(火) 
1部: 午前9時30分~11時30分
2部: 午後1時30分~3時30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: 7月22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!!

~スマートフォン講座~

日時: 7月24日(木) 
10:00~11:30
定員: 20名 抽選
講師: ソフトバンク株式会社
受付: 7月1日(火)~8日(火)
抽選・当選発表: 7月9日(水)
★当選者番号を館内に掲示します。
※詳しい内容はチラシをご覧ください。

☆ **健康相談** ☆

日時: 7月3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7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	火	折り紙	詩吟	(卓球開放日)	
2	水	カラオケ①部	カラオケ②部	(卓球開放日)	福祉電話
3	木	eスポーツ体験		健康相談	
4	金		新舞踊	(卓球開放日)	
5	土				
6	日	【 休 館 日 】			
7	月		華道	(卓球開放日)	
8	火	水墨画同好会	書道	(卓球開放日)	
9	水			(卓球開放日)	茶道
10	木	歌体操	手芸	卓球同好会①部②部	
11	金	ミックスみゅ〜じっく体操	民謡	(卓球開放日)	
12	土				
13	日	【 休 館 日 】			
14	月	エンジョイ	俳句	(卓球開放日)	エンジョイ例会
15	火		詩吟	(卓球開放日)	
16	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
17	木	eスポーツ体験	音楽療法	(卓球開放日)	
18	金		新舞踊	(卓球開放日)	
19	土				
20	日	【 休 館 日 】			
21	月	【 休 館 日 】海の日			
22	火	水墨画同好会	書道	(卓球開放日)	庭園清掃
23	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②	(卓球開放日)	茶道/バランス講師控室
24	木	スマートフォン講座	手芸	卓球同好会①部②部	
25	金	ミックスみゅ〜じっく体操	民謡	(卓球開放日)	
26	土				
27	日	【 休 館 日 】			
28	月	みんなの体操広場		(卓球開放日)	
29	火	映画鑑賞会①	映画鑑賞会②	(卓球開放日)	
30	水			(卓球開放日)	
31	木			(卓球開放日)	

※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。