

東大阪市立

# 五条老人センター

## 2025年(令和7年)9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:9月8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: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〜じゅ体操 (呼吸を意識した椅子体操)

日時:9月12日・26日(金)  
午前10時~11時30分  
~10月・11月の開催~  
日時:10月10日・24日(金)  
11月28日(金)  
講師:izumi  
定員:20名 抽選  
受付:9月1日(月)~9日(火)  
抽選・当選発表:9月10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)

日時:9月22日(月)  
午前10時~11時30分  
~10月・11月の開催~  
日時:10月27日(月)  
※11月はお休みです。  
講師:ボランティアグループ【なかよし】  
定員:20名 抽選  
受付:10月1日(水)~7日(火)  
抽選・当選発表:10月8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)

日時:9月24日(水)  
①午前10時~11時30分  
②午後1時~2時30分  
~10月・11月の開催~  
日時:10月22日・11月26日(水)  
講師:森田 瑞穂 氏  
定員:20名 抽選  
受付:10月1日(水)~7日(火)  
抽選・当選発表:10月8日(水)  
★当選者番号を館内に掲示します。

### ♪ ハッピーシニアの集い ♪



一緒に歌い  
ましょう (^.^)

日時:9月29日(月)  
午後1時30分~2時30分  
出演:音楽宅急便「さら」  
定員:50名 抽選  
受付:9月1日(月)~9日(火)  
抽選・当選発表:9月10日(水)  
※当選結果は館内に掲示します。

### ~音楽療法~

日時:10月16日(木)  
午後1時30分~2時30分  
講師:音楽療法士 岡本 美佳 氏  
内容:童謡、唱歌など歌います  
定員:25名  
受付:9月1日(月)~9日(火)  
抽選・当選発表:9月10日(水)  
★当選者番号を館内に掲示します。

### ~★「令和7年度 初心者卓球教室 会員募集!」★~

受付:9月1日(月)~9月17日(水) ※電話での申込みは不可。  
(定員を超えた場合は、9月18日(木)に当センターで抽選を行い、  
抽選結果は、電話でご連絡いたします。)  
活動日時:第2・4水曜日 ①部 13時30分~14時30分  
②部 15時00分~16時00分  
活動期間:令和7年9月24日(水)~令和8年3月31日  
対象:市内在住60歳以上の方で卓球の未経験者に限ります。  
定員:①部②部とも各10名



### ☆ 健康相談 ☆

日時:9月4日(木)  
午後1時30分~3時  
相談員:引田 妙子 氏

### ~庭園清掃~

皆さまのご協力をお願いいたします。

日時:9月25日(木)  
午前9時~(1時間程)  
※雨天の場合は中止

特殊詐欺撲滅!! 電話でお金  
(キャッシュカード)の話は、  
詐欺です!



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

# 令和7年9月 行事予定表

令和7年9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	月	楽しくトライ体操	華道	(卓球開放日)	
2	火	折り紙	詩吟	(卓球開放日)	
3	水	カラオケ①部	カラオケ②部	(卓球開放日)	福祉電話
4	木			健康相談	
5	金		新舞踊	(卓球開放日)	
6	土				
7	日	【 休 館 日 】			
8	月	エンジョイ	俳句	(卓球開放日)	エンジョイ例会
9	火	水墨画同好会	書道	あじさいの会例会	
10	水			(卓球開放日)	茶道
11	木	歌体操	手芸	卓球同好会①部②部	
12	金	ミックスみゅ〜じゅく体操	民謡	(卓球開放日)	
13	土				
14	日	【 休 館 日 】			
15	月	【 休 館 日 】			敬老の日
16	火		詩吟	(卓球開放日)	
17	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
18	木			(卓球開放日)	
19	金		新舞踊	(卓球開放日)	
20	土				
21	日	【 休 館 日 】			
22	月	みんなの体操広場		(卓球開放日)	
23	火	【 休 館 日 】			秋分の日
24	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①②	茶道/バランス講師控室
25	木		手芸	卓球同好会①部②部	庭園清掃
26	金	ミックスみゅ〜じゅく体操	民謡	(卓球開放日)	
27	土				
28	日	【 休 館 日 】			
29	月		ハッピーシニアの集い	(卓球開放日)	
30	火			(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。