

東大阪市立

五条老人センター

2025年(令和7年) 12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/

囲碁大会

日時:1月30日(金)
午後12時 集合
定員:16名 <申込先着順>
受付:定員なり次第申込終了



<申込受付中>



～消防訓練のご案内～

日時:12月15日(月)
午前9時30分～10時15分

※当日、消防訓練を行いますので
ご利用される皆さまのご参加・
ご協力をお願いします。

♪ミックスみゅ～じゅく体操 (呼吸を意識した椅子体操)

～12月・1月の開催～
日程:12/12(金)1/9・23(金)
～2月・3月の開催～
日時:2月13日・27日(金)
3月13日(金)・27日お休み
午前10時～11時30分
定員:20名
講師:Izumi
受付:1月6日(火)～14日(水)
抽選・当選発表1月15日(木)
★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:12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】
※1月はお休みです

※当日参加できるようになりました。
お気軽にご参加ください。

♡楽しくトライ体操 (体操と楽しいゲーム)

日時:12月15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】
1月19日(月)

※当日参加できるようになりました。
お気軽にご参加ください。

●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)

～12月・1月の開催～
日時:12月24日・1月28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
講師:森田 瑞穂 氏
受付:12月1日(月)～9日(火)
抽選:12月10日(水)
★当選者番号を館内に掲示します
～2月・3月の開催～
日程:2月25日・3月25日(水)

◆みんなの体操広場

(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

～12月・1月の開催～
日時:12月22日・1月26日(月)
午前10時～11時30分
定員:20名
講師:ボランティアグループ【なかよし】
受付:12月1日(月)～9日(火)
抽選・当選発表:12月10日(水)
★当選者番号を館内に掲示します
～2月・3月の開催～
※2月はお休みです
日程:3月23日(月)

世代間交流・あさひっこ

日時:1月14日(水)
午前10時～11時
定員:10名(申込先着順)
協力:ボランティアグループ
「エンジョイ」

<申込受付中>

●筆文字アート教室

日時:12月15日(月)
午後1時30分～3時30分
<受付終了>

♪ 3B体操 ♪

日時:12月17日(水)
午前10時～11時
講師:3B体操公認指導者

<受付終了>

●映画鑑賞会

「エイプリルフールズ」

日時:12月18日(木)
1部 午前9時30分～11時30分
2部 午後1時30分～3時30分
※申込不要で、
当日ご参加できます。

☆健康相談☆

日時:12月4日(木)
午後1時30分～3時
相談員:引田 妙子 氏

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!



Merry Christmas

「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12月 行事予定表

クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般

日	曜日	クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般			
		大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的室	その他
1	月		華道	将棋大会	
2	火	折り紙	詩吟	(卓球開放)	
3	水	カラオケ①部	カラオケ②部	(卓球開放)	
4	木			健康相談	
5	金		新舞踊	(卓球開放)	
6	土				
7	日	【 休 館 日 】			
8	月	エンジョイ	俳句	(卓球開放)	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			初心者卓球教室	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)	
13	土				
14	日	【 休 館 日 】			
15	月	楽しくトライ体操	筆文字アート	(卓球開放)	ダンスingkローバー例会/消防訓練
16	火			(卓球開放)	
17	水	3B体操		(卓球開放)	
18	木	映画鑑賞会①	映画鑑賞会②	(卓球開放)	
19	金			(卓球開放)	
20	土				
21	日	【 休 館 日 】			
22	月	みんなの体操ひろば		(卓球開放)	
23	火			(卓球開放)	
24	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②	フラワーアレンジメント	バランス講師控室
25	木			(卓球開放)	
26	金		華道	(卓球開放)	
27	土				
28	日	【 休 館 日 】		☆利用者の皆様には、今年も大変お世話になりました。 来年は、1月5日(月)より開館いたします。 引き続き、ご利用よろしくお願ひいたします。	
29	月	【 休 館 日 】			
30	火	【 休 館 日 】			
31	水	【 休 館 日 】			

※行事予定及び部屋の使用は、変更になる場合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。