

東大阪市立

五条老人センター

2026年(令和8年)2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/



健康づくりのための 「体力測定会」

日時:3月11日(水)

- ①午前10時～
- ②午後12時30分～
- ③午後2時30分～

定員:各15名

受付:2月2日(月)～10日(火)

抽選:2月12日(木)

協力:京都橋大学

准教授 中野英樹氏及び学生

♪ミックスみゅ～じっく体操 (呼吸を意識した椅子体操)

日時:2月13日(金)・27日(金)
3月13日(金)・27日お休み
～4月・5月の開催～

日時:4月10日・24日(金)
5月8日・22日(金)

午前10時～11時30分

定員:20名 抽選

講師:izumi

受付:3月2日(月)～10日(火)

抽選・当選発表:3月11日(水)

★当選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:2月9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】

※当日のご参加となります

～音楽療法～

日時:2月19日(木)

午後1時30分～2時30分

講師:音楽療法士 岡本美佳氏

<受付終了>

令和8年度 高齢者生きがい教室(クラブ活動)会員募集

【募集クラブ名】

華道、俳句、折り紙、詩吟、手芸、民謡、カラオケ①部②部、777-アレンジメント
新舞踊、歌体操、書道、茶道、卓球同好会①部②部、初心者卓球教室①部②部
(※水墨画同好会を除く(計14クラブ))

【クラブ活動期間】

- ・令和8年4月1日～翌年3月31日(1年間)
- ・入会希望者が定員を超えた場合は、当センターにより抽選となります。

【募集期間・方法】

- ・令和8年2月2日(月)～27日(金)※募集期間以外の申し込み受付は4/1からとなります。
- ・日曜・祝日を除く、午前9時～午後5時
- ・直接事務所にてお申し込みください(電話での申し込み不可)

◆みんなの体操広場

(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

※2月はお休みです

日時:3月23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:2月2日(月)～10日(火)

抽選・当選発表:2月12日(木)

★当選者番号を館内に掲示します
～4月・5月の開催～

日程:4月27日・5月25日(月)

●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:2月25日・3月25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:2月2日(月)～10日(火)

抽選・当選発表:2月12日(木)

★当選者番号を館内に掲示します
～4月・5月の開催～

日程:4月22日・5月27日(水)

♥楽しくトライ体操

(体操と楽しいゲーム)

日程:2月16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】

※当日のご参加となります

●映画鑑賞会

「マスカレードホテル」

日時:2月5日(木)

1部:午前9時30分
～11時45分

2部:午後1時30分
～3時45分

※参加希望の方は、
当日お越し下さい。

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!



【終活講座】

～人生をよりよく

締くくるために～

日時:3月5日(木)

午後1時30分～3時

定員:20名(申込先着順)

持ち物:筆記用具

受付:2月2日(月)～

講師:りそな銀行のみなさま
成年後見サポートセンター

☆健康相談☆

日時:2月5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8年2月 行事予定表

令和8年2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	日	【 休 館 日 】		
2	月		華 道	(卓球開放)
3	火	折り紙	詩 吟	(卓球開放)
4	水	カラオケ①部	カラオケ②部	(卓球開放) 福祉電話
5	木	映画鑑賞会①	映画鑑賞会②	健康相談
6	金		新舞踊	(卓球開放)
7	土			
8	日	【 休 館 日 】		
9	月	エンジョイ	俳 句	(卓球開放) エンジョイ例会
10	火	水墨画同好会	書 道	あじさいの会例会
11	水	【 休 館 日 】 建国記念日		
12	木	歌体操	手 芸	卓球同好会①部②部
13	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡	(卓球開放)
14	土			
15	日	【 休 館 日 】		
16	月	楽しくトライ体操	華 道	(卓球開放) ダンシングクローバー例会
17	火		詩 吟	フラワーアレンジメント
18	水	カラオケ①部	カラオケ②部	(卓球開放) 福祉電話
19	木		音楽療法	(卓球開放)
20	金		新舞踊	(卓球開放)
21	土			
22	日	【 休 館 日 】		
23	月	【 休 館 日 】 天皇誕生日		
24	火	水墨画同好会	書 道	(卓球開放)
25	水	バランス健康体操①部	バランス健康体操②部	初心者卓球教室①部②部 茶 道 / バランス講師控室
26	木		手 芸	卓球同好会①部②部
27	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡	(卓球開放)
28	土			

※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。