

高井田 老人センター



2021 (令和 3年)

4月号



発行日 令和 3年 4月 1日

発行元 社会福祉法人 東大阪市社会福祉協議会

東大阪市立 高井田老人センター

所在地 東大阪市高井田元町1-2-13

電話 06-6789-3751

FAX 06-6789-9174

http://www.heartnet-hoshakyo.org/

来館時のお願い!

マスクの着用・自宅での検温 手洗い・
手指の消毒・健康チェックシートを記入。

4月開講

気功体操【全10回】

- ①第2木曜日クラス 初回4月8日(木)
②第4木曜日クラス 初回4月22日(木)
時間: 午前10時~11時30分
申込: 3月29日(月) 午前9時~先着順

リズムDE(で)体操【全10回】
~カラダ・コンディショニング~

- ①第2金曜日クラス
初回4月9日(金)
②第4金曜日クラス
初回4月23日(金)
時間: 午前10時~10時45分
申込: 3月30日(火)
午前9時~先着順

健康運動教室【全10回】

- ①男性(第2金曜日) 初回4月9日(金)
時間: 午前11時~11時45分
申込: 定員枠残り数名 先着順
②女性(第4金曜日) 初回4月23日(金)
時間: 午前11時~11時45分
申込: 4月5日(月) 午前9時~先着順

健康相談

日時: 4月14日(水)
午後1時30分~3時30分
今月より、新相談員 引田 妙子氏です。
皆さんお気軽にお越し下さい。

いきいきネット相談支援センター

福祉に関わることなら、お気軽にご相談下さい。
※こちらは福祉相談窓口専用電話番号です。
専用電話: 06-6789-7206
FAX: 06-6789-9174

令和3年 生きがい教室

(一部クラブ活動) 会員募集! 5月開講



[募集] 華道・フラワーアレンジメント・プリザーブドフラワー

[募集期間] 令和3年4月15日(木)~4月28日(水)迄

[申込方法] 入会申込書を記入し、必ず本人が窓口で、申し込み下さい。電話・FAXによる申込の受付は致しません。

(注意) 定員を超えた場合は、厳選なる抽選を行います。

※詳細は高井田老人センターにお問い合わせ下さい。

窓口にて、会員募集要項・入会申込書を置いています。



楽しくトライ体操 <3回コース>

日程: 5月20日・6月17日
7月15日(第3木曜日)
時間: 午前10時~11時30分
場所: 当センター大広間
定員: 20名(先着順)
申込: 令和3年4月30日(金) 午前9時~

介護予防活動ボランティアグループ
“ハミング”により開催脳トレ、レクリエーションを交え楽しい講座づくりを目指しています。
参加者の笑顔が、原動力です!コロナに負けない
体質改善講座

日程: 4月9日(金)
午後1時30分~3時

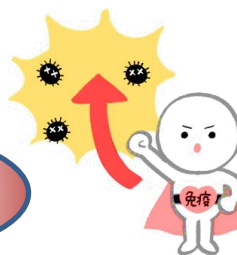
定員: 20名

※申込をされた方対象

♡免疫力をあげて、コロナに“打ち勝つ”身体をつくりましょう!!

♡防犯対策のお話が少しあります。

プレゼントがあります♪



読めそうで読めない漢字?

- ① 漸 < > > > >
② 然 も > > > >
③ 論 う > > > >
④ 強 ち > > > >

3月号の答え

- ① こうしゅうでんわ
② れもんていー
③ あめちゃん



高齢者を狙った特殊詐欺の被害が、
東大阪市内でも多く発生しています。
高額な被害が出ております。

不審な電話は、対応せずに
切り、家族等に連絡しま
しょう。



許さん

シルバー世代は、“きょうようがなければ・・・” 教養? 「今日、用がなければ・・・」 高井田老人センターを“用事”のひとつに加えて下さいませ♪ 月コロナ禍にありますが、一部のクラブ活動や体操の講座がスタートします。
申込をお待ちしています。

