

高井田 老人センター



2022 (令和 4年)



発行日 令和 4年 1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

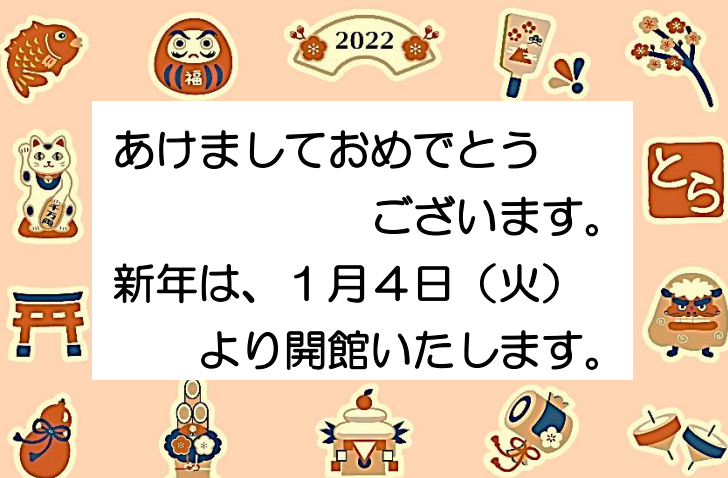
所在地 東大阪市高井田元町1-2-13

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・手洗い・手指の消毒・検温・健康チェックシートを記入下さい。



あけましておめでとう
ございます。

新年は、1月4日(火)
より開館いたします。

映画鑑賞会

「星になった少年」

日時：1月6日(木)

①午前9時30分～11時30分

②午後1時30分～3時30分

定員：各20名(先着)

※申込みが必要です。



楽しくトライ体操

<3回コース>

日程：1月20日・2月3日

3月17日(木曜日)

時間：午前10時～11時30分

定員：20名(抽選)

申込：1月4日(火) 午前9時～

1月11日(火) 午後5時迄

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！

フレイルって？ “自分の体について楽しく学ぼう”

大阪樟蔭女子大学(くすのき健康栄養センター)の
学生さんがお伝えします！

測定・クイズあり

日時：1月7日(金)

午後1時30分～2時30分

定員：20名(抽選)

申込：12月23日(木) 午後5時迄



スマホ教室 入門編③

日時：1月21日(金)

午前10時～11時

☆当選された方対象

健康相談

日時：1月12日(水)

午後2時～3時30分

★気功体操

①第2木曜日 1月13日(木)

②第4木曜日 1月27日(木)

時間：午前10時～11時30分

★リズムDE(で)体操

～カラダ・コンディショニング～

①第2金曜日 1月14日(金)

②第4金曜日 1月28日(金)

時間：午前10時～10時45分

★男性の健康運動教室

(第2金曜日) 1月14日(金)

時間：午前11時～11時45分

★女性の健康運動教室

①(第1月曜日) 1月17日(月)

時間：午前10時～10時45分

②(第4金曜日) 1月28日(金)

時間：午前11時～11時45分

※ ☆印は、申込終了済みです。

はじめてのフラダンス

日時：1月20日(木)

午後1時30分～2時30分

定員：20名(抽選)

申込：1月5日(水) 午前9時～

1月12日(水) 午後5時迄



小阪病院看護専門学校の学生さんが実習
に来られます。

日程：①1月11日(火)～1月14日(金)

②1月17日(火)～1月20日(木)

学生さんは、クラブや講座等に参加します。

ご協力の程、よろしくお願いします。

「生きがい教室」クラブ 講師のご紹介

絵手紙 二階堂サチ子先生

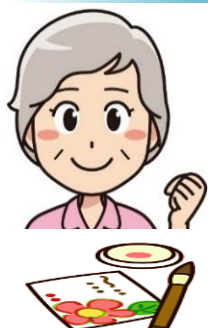
♡絵手紙を習うきっかけは

娘さんの転勤で、東京から

大阪に引っ越しの時、友達

づくりのために絵手紙を

習うようになりました。



♡ 講師として楽しかったことは

絵手紙を教える機会を持つことで、自

分自身が皆さんとの出会いを楽しませ

て頂いています。(講師歴、5年)

詐欺師の悪仕掛けに

だまされないで！

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

ミシンを使わない

簡単マスクづくり

日時：1月19日(水)

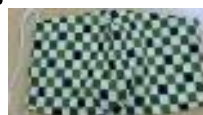
午後1時30分～3時

定員：15名(抽選)

参加費：100円

申込：1月4日(火) 午前9時～

1月11日(火) 午後5時迄



2月開催講座等の予告

木目込みでお雑様づくり

日時：2月3日(木)

午後1時30分～3時

定員：20名(先着順)

申込：1月17日(月) 午前9時～



卓球・ラージの同好会 会員募集

クラス別：月曜・水曜・・・ラージ

火曜・木曜・・・卓球

クラスごとに世話人を決めます。

※申込は、1つの曜日のみです。

時間：10時～16時

卓球台は、1台でシングルスのみです。

申込：2月1日(火) 午前9時～

2月8日(火) 午後5時迄



令和4年度

生きがい教室(クラブ活動)

活動期間：令和4年4月～令和5年3月

詳細は、2月の行事予定表、市政だより
に掲載します。

申込期間：2月1日(火)～2月28日(月)