

高井田 老人センター



2022 (令和 4 年)

3月号

発行日 令和 4 年 3 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。

体操3講座 会員募集

[期間] 前半: 4月・5月・6月・7月・9月 [5回コース]

[申込期間] 3月16日(水) 午前9時~3月23日(水) 午後5時迄

※申込多数の場合抽選

蜜を避けるため、老人センター以外の職員が抽選します。

当選結果は、3月25日(金)~4月1日(金)に利用者番号

を高井田老人センターの掲示板に張り出しますのでご確認ください。



リズムDE(で)体操

~カラダ・コンディショニング~

①第2金曜日クラス 初回4月8日

②第4金曜日クラス 初回4月22日

時間: 午前10時~10時45分

講師: 石原 桃菜先生

気功体操

①第2木曜日コース 初回4月14日

②第4木曜日コース 初回4月28日

時間: 午前10時~11時30分

講師: 鈴木 和子先生

健幸運動教室

①男性(第2金曜日) 初回4月8日

②女性(第4金曜日) 初回4月22日

時間: 午前11時~11時45分

講師: 石原 桃菜先生

映画鑑賞会

「鉄道員(ぽっぽや)」



日時: 3月29日(火)

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25名(先着)

申込: 3月15日(火)

午前9時~



楽しくトライ体操

日時: 3月17日(木)

午前10時~11時30分

☆当選された方対象

健康相談

日時: 3月9日(水)

午後2時~3時30分

相談員: 引田 妙子氏

★お知らせ★

5月から新しい体操講座「海健道教室」と

「転ばないためのがんばる体操」各3回コースが始まります。

詳細は、4月の行事予定表で案内します。

「生きがい教室」講師のご紹介

詩吟クラブ

植田 豊鳩先生

◆生きがい教室(クラブ活動)にお申込みされた方へ◆

令和4年度「生きがい教室(クラブ活動)」にお申込みされた方は、**当選結果が3月7日(月)~高井田老人センターの掲示板に、当選された方の利用者番号を張り出しますので、各自でご確認をお願いします。**

医療費還付詐欺に注意!

♥詩吟との出会い

☆リズムDE(で)体操

~カラダ・コンディショニング~

第2金曜日 3月11日(金)

時間: 午前10時~10時45分

☆男性の健幸運動教室

(第2金曜日) 3月11日(金)

時間: 午前11時~11時45分

☆女性の健幸運動教室

(第1月曜日) 3月7日(月)

時間: 午前10時~10時45分

※ ☆印は、申込終了済みです。

カラオケが流行しはじめた時に、上手く歌うことができず、たまたま職場の詩吟クラブを覗いたことがきっかけとなり、本格的に教室に通うようになりました。

♥講師として思うこと 講師歴は26年。皆さんと会えることが楽しみとなっており、これからも続けさせて頂きたいと思っています。



いきいきネット相談支援センター

福祉に関することなら、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

小阪病院看護専門学校の

学生さんの実習日程

3月7日(月)~3月10日(木)

*ご協力の程、

よろしくお願いします。



開催講座の予告

つるかごを作ろう!

日時: 4月13日(水)

午後1時30分~3時00分

定員: 15名(先着順)

材料費: 800円

申込: 4月1日(金)

午前9時~

