

高井田 老人センター



2022 (令和 4年)

6月号

発行日 令和 4年 6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。

コーヒー豆の袋と余り布を
リメイクした植木鉢カバーを作ろう！

日時：6月22日（水）

午後1時30分～3時

講師：ボランティアグループ

“赤いくま”

定員：20名（抽選）（無料）

申込：6月1日（水）～6月8日（水）

抽選結果：6月14日（火）～6月21日（水）

毎日続ければ痩せるかも？
健康ツボ講座

日時：6月15日（水）

①コース午後1時30分～2時30分

②コース午後3時～4時

講師：奥井 章生氏

定員：各30名（先着）

申込：6月1日（水）～

小枝と布、紙を使って
“あんどん”作り！

日時：6月1日（水）

午後1時30分～3時30分

講師：吉岡 一成氏

（生駒ネイチャークラフト代表）

定員：15名（先着）

材料費：1,800円

申込：5月16日（月）～

※キャンセルの場合、材料費をいただきます。

オリジナルのスクarfを
作いませんか？

日時：6月30日（木）

午後1時30分～2時30分

講師：古矢 順子氏

定員：20名（先着）

材料費：500円

申込：6月15日（水）～

※キャンセルの場合、材料費をいただきます。

レクリエーション
ボランティア実践講座（風船編）

日時：6月8日（水）午後1時～2時

講師：魚谷 幸司氏

今回は、ボールを使ったレクリエーション

日時：7月13日（水）午後1時～2時

申込：7月1日（金）～

定員：10名（先着）



★気功体操

①第2木曜日 6月9日

②第4木曜日 6月23日

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 6月10日

②第4金曜日 6月24日

時間：午前10時～10時45分

★男性の健康運動教室

（第2金曜日）6月10日

時間：午前11時～11時45分

★女性の健康運動教室

（第4金曜日）6月24日

時間：午前11時～11時45分

★はじめての卓球教室

日時：第2金曜日 6月10日

第4金曜日 6月24日

①午前9時30分～10時30分

②午前10時45分～11時45分

健康相談

日時：6月8日（水）

午後2時～3時30分

相談員：引田 妙子氏

★楽しくトライ体操

日時：6月16日（第3木曜日）

午前10時～11時30分

★転ばないためのがんばる体操

日時：6月8日（第2水曜日）

①午前10時～10時45分

②午前11時～11時45分

★海健道教室

日時：6月23日（第4木曜日）

午後1時30分～3時

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4年度 生きがい教室（クラブ） 追加会員募集

[クラブ]俳句、詩吟、水彩画、茶道、絵手紙、新舞踊、

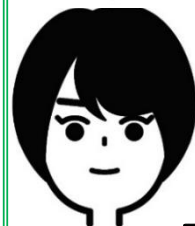
華道、フラワーアレンジメント、はじめてのフラダンス

[定員] 定員に達するまで若干名（先着）

[申込]本人が来所して申込み下さい。（電話・FAX 不可）

[申込期間]6月16日（木）～

※詳細は、センターにお問合せ下さい。

「生きがい教室」講師のご紹介
民謡クラブ 井上 美由紀 先生

♥講師になるきっかけは

高井田老人センターの生きがい教室

を開講する時に、声をかけて頂き、引

き受けることになりました。

♥ 講師として思うことは

自分自身も年を重ねるうちに、皆さんからもパ
ワーを頂いていることを実感しております。

★印は、当選された方が対象です。

・講座等の申込は、午前9時～午後5時迄にお願い致します。

熱中症注意！