

高井田 老人センター

11月号

2022 (令和 4年)

11月号

発行日 令和 4年 11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。

松ぼっくりを使った クリスマスツリー作り

日時: 11月30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: 30名(抽選)

材料費: 100円

申込: 11月1日(火)~11月8日(火)

結果: 11月14日(月)~11月21日(月)

※キャンセルの場合、材料費をいただきます。



オリジナル印鑑ケース作り!

日時: 11月16日(水)

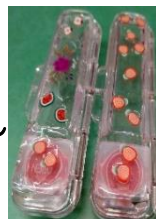
午後1時30分~3時30分

定員: 20名(先着順)

材料費: 150円

申込: 11月1日(火)~

※キャンセルの場合、
材料費をいただきます。



大阪樟蔭女子大学生による トシとる! フレイルかるた

日時: 11月10日(木)

午後1時30分~3時30分

※当選された方が対象です。



還付金詐欺が増えています!



あなたのキャッシュ
カードが狙われ
ています!

映画鑑賞会

釣りバカ日誌 瀬戸の約束

主演: 西田敏行、三國連太郎

日時: 11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30名(先着順)

申込: 11月15日(火)~



レクリエーションボランティア養成講座

※ボランティア養成を目的にレクリエーション
活動について座学と実技を学びます。

日時: 11月28日(月) 午後1時~3時

講師: 宮田 良一氏 定員: 20人(先着順)

申込: 11月15日(火)~

レクリエーション

ボランティア実践講座

日時: 11月9日(水)

午後1時~2時

ペットボトルを使ったレクリエーションを学びます

定員: 10名(先着順)

申込: 11月1日(火)~



健康相談

日時: 11月9日(水)

相談員

午後2時~3時30分 引田妙子氏

★楽しくトライ体操

日時: 11月17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: 11月9日(第2水曜日)

① 午前10時~10時45分

② 午前11時~11時45分

★健康体操 海健道教室

日時: 11月24日(第4木曜日)

午後1時30分~3時

★第3期シニアまちあるき案内人

ボランティア養成講座

日時: 11月21日(月)

午前10時~11時

★気功体操

① 第2木曜日 11月10日

② 第4木曜日 11月24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 11月11日

② 第4金曜日 11月25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) 11月11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) 11月25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 11月11日

第4金曜日 11月25日

① 午前9時30分~10時30分

② 午前10時45分~11時45分

★印は、当選された方が対象です。

役所・銀行が、暗証番号を聞く
ことは、絶対ありません!!



若い二人 笑えるツボは
一緒です。

植田 和子様

第2回 老いを楽しむ
健康川柳大賞

利用者の皆様へ

友人、近所の方で、最近外出する
のがおっくうになってる方は、
いらっしゃいませんか?
是非、高井田老人センターをご
紹介下さいませ。行事予定表を
お渡し下さりお誘い下さい。
宜しくお願い致します。



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