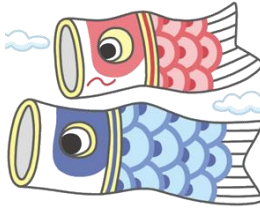




# 角田総合 老人センター 5月号 VOL.121



発行日 令和4年5月1日  
編集発行 東大阪市社会福祉協議会  
角田総合老人センター  
所在地 東大阪市角田2-3-8  
電話 072-962-8011  
FAX 072-963-2020

## シニア地域活動実践塾（悠友塾）受講生募集中！！

角田総合老人センターでは引き続き、シニア地域活動実践塾『悠友塾』の受講生を**5月9日（月）**まで募集しております。ご希望の方は、受講申込書に必要事項をご記入のうえ、郵送またはご持参によりお申込下さい。なお各コース、定員を超過した場合は抽選を行います。**（新規申込の方を優先します。）**入塾の可否については、5月10日（火）以降に郵送にて通知いたします。

※開講時期は、変更になる場合があります。



ソーシャルディスタンス？

### 5月の映画鑑賞会

#### 『わが母の記』

日時：5月30日（月）  
①午前10時～正午  
②午後1時～3時  
定員：各40名 ※先着順  
申込：4月28日（木）～



### だん・DAN!ダンス♪体操

日時：5月6日（金）  
午後2時～3時30分  
講師：井坂 智佐子氏  
持物：タオル・飲料水  
定員：25名  
※申込多数の場合、抽選  
申込：4月20日（水）～26日（火）  
抽選：4月27日（水）  
※当選された方に連絡します。



### 笑っていこうや！ 楽しくトライ体操

日時：5月20日（金）  
午前10時～11時  
講師：楽しくトライ体操推進員  
持物：タオル・飲料水  
定員：25名  
※申込多数の場合、抽選  
申込：5月6日（金）～13日（金）  
抽選：5月16日（月）  
※当選された方に連絡します。



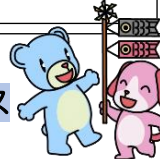
### 男性のための筋トレ教室 （2回コース）

日時：①5月31日（火）  
②6月21日（火）  
午前10時～11時30分  
内容：男性のための手軽にできる  
筋力トレーニング  
講師：健康体操インストラクター  
森田 瑞穂氏 **男性限定やで**  
持物：タオル・飲料水  
あれば5本指の靴下  
定員：30名 ※先着順  
2回とも参加できる方を優先  
申込：5月9日（月）～



### 武本あずさ先生の GO! ゴー! ピラティス

日時：前期① 6月3日 ② 7月1日  
③ 8月5日  
後期① 9月2日 ②10月7日  
③11月4日 全て金曜日  
午前10時30分～11時30分  
前期・後期いずれかを選択  
内容：体幹を鍛えて体の動きを  
回復させる運動  
講師：アズティス代表 武本 あずさ氏  
持物：タオル・飲料水・ヨガマット  
定員：各30名 ※先着順  
申込：5月17日（火）



### 5月度の 『ニコニコ体操』 は、お休みです。



### バランス健康体操教室

日時：①5月31日（火）  
②6月21日（火）  
午後1時～2時30分  
①②いずれかを選択  
内容：姿勢改善体操  
講師：健康体操インストラクター  
森田 瑞穂氏  
持物：タオル・飲料水・ヨガマット  
あれば5本指の靴下  
定員：各30名 ※先着順  
申込：5月10日（火）～



### 大型連休恒例 難読地名クイズ！

大型連休は、旅行や観光に行かれますか？  
今年も微妙なとこですね(^^;)というわけで…  
各地の珍しい地名を勉強していきましょう。  
多少強引ですが…

- ・砧 馬喰町 石神井 東雲 御徒町 (東京)
- ・舞洲 杭全 波除 住道矢田 立売堀 (大阪)
- ・烏丸 皂莢町 先斗 雲母坂 報恩寺 (京都)
- ・猿喰 曲里 木屋瀬 穴生 頂吉越 (福岡)
- ・倶知安 和寒 秩父別 納沙布 (北海道)

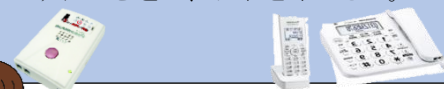


### 川柳コーナー

- ・五月病 コロナと同じく 気を付けよう
- ・風を切り 空にさまよう こいのぼり
- ・連休で 人と車が いり乱れ
- ・かしわ餅 安く売ってる うれしいな



角田総合老人センターでは、特殊詐欺  
防止機器の無償貸与を行っております。  
『振り込め詐欺被害等防止機器』  
『迷惑防止機能付き電話機』  
いずれかを選び、お申込ください。



詐欺防止機器やったっけ??  
ウチらもはよ申し込まな!!



### いきいき健康相談

日時：5月18日（水）  
午後1時30分～3時  
受付：当日午後2時30分まで



### いきいきネット 相談支援センター

福祉にかかわることなら  
お気軽にご相談ください。  
TEL:072-962-8265  
FAX:072-963-2020



※お申込みは、午前9時からお願い致します。

※来館時には必ず、マスクの着用・手指の消毒・間隔の確保を徹底しましょう。