



角田総合 老人センター 7月号 VOL.147



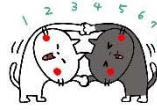
発行日 令和6年7月1日
編集発行 東大阪市社会福祉協議会
角田総合老人センター
所在地 東大阪市角田2-3-8
電話 072-962-8011
FAX 072-963-2020

バランス健康体操



日時：7月17日(水)
午後1時～2時30分
講師：健康体操インストラクター
森田 瑞穂氏
持物：飲み物・タオル
あれば5本指の靴下
定員：35名
※申込多数の場合、抽選
申込：7月2日(火)～10日(水)
抽選：7月11日(木)

プチ楽楽体操



日時：①7月26日(金)
②9月20日(金)
③9月27日(金)【3回コース】
午後1時～2時
講師：櫻本 雄平氏
持物：飲み物、動きやすい服装
定員：30名
※先着順
※楽楽体操(生きがい教室)参加の方は対象外です
申込：7月3日(水)～
※定員になり次第終了

夏休み・世代間交流 とうげい教室



日時：8月7日(水)
午後1時30分～3時30分
対象：小学生の子供と祖父母
参加費：ペアで1000円
講師：陶芸クラブ講師 山田 ウタ子氏
持物：エプロン・タオル
定員：5組 ※先着順
申込：7月17日(水)～
※定員になり次第終了

男性のためのバランス健康体操

日時：7月17日(水)
午前10時～11時30分
講師：健康体操インストラクター
森田 瑞穂氏
持物：飲み物・タオル
あれば5本指の靴下
定員：35名 ※先着順
申込：7月4日(木)～
※定員になり次第終了



セルフケアヨガ



日時：8月5日(月)
午後2時～3時
講師：セルフケアヨガ講師
森 伸代氏
持物：飲み物・タオル・ヨガマット
定員：25名
※申込多数の場合、抽選
申込：7月22日(月)～29日(月)
抽選：7月30日(火)
※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：7月19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：35名
※申込多数の場合、抽選
申込：7月8日(月)～12日(金)
抽選：7月16日(火)
※当選された方に連絡します

カフェ悠友



日時：7月1日(月)
午前11時30分～午後3時
場所：角田総合老人センター
1階 団らん室
飲物：コーヒー・紅茶など
(1杯120円)

お気軽にお越しください！

だん・DAN! ダンス♪体操

日時：7月5日(金)
午後2時～3時30分
講師：井坂 智佐子氏
持物：飲み物・タオル
定員：30名
※申込多数の場合、抽選
申込：6月19日(水)～7月1日(月)
抽選：7月2日(火)
※当選された方に連絡します

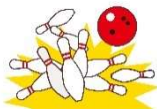


3B体操

日時：8月7日(水)
午後1時30分～2時30分
講師：日本3B体操協会
公認指導者
森本 幸香子氏
持物：飲み物・タオル
定員：20名
※申込多数の場合、抽選
申込：7月25日(水)～8月2日(金)
抽選：8月5日(月)
※当選された方に連絡します



高齢者eスポーツ広場



現在オープン中です！
時間：午前10時～12時
午後1時30分～3時30分
内容：太鼓、ボウリング
カーレース
テニス・バトミントン
テーブルゲーム
などから選べます

いきいき健康相談

日時：7月17日(水)
午後1時30分～3時
受付：当日午後2時30分まで



**あなたの大切な人はそんなお
願いを絶対にしません。
あなたは一人ではありません。
ん。抱え込まないで下さい。**

7月の映画鑑賞会

「花よもなほ」

日時：7月30日(火)
①午前9時50分～正午
②午後1時～3時10分
定員：①②各40名 ※先着順
①②いずれか一つお選びください
申込：6月24日(月)～
※定員になり次第終了



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