



# 角田総合 老人センター 1月号 VOL.153



発行日 令和7年1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



社会福祉法人  
東大阪市社会福祉協議会  
角田総合老人センター  
職員一同

令和7年 元旦



## 賀正



旧年中は格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。本年も皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

## 謹賀新年

### けんこう運動見本市

色々な介護予防体操を体験してみませんか？  
日時：1月19日(日)  
午後1時30分～3時30分  
場所：夢広場(布施駅前リージョンセンター内)  
定員：100名 ※先着順  
申込：1月7日(火)～  
持物：タオル・飲料水  
運動のできる服装  
※抽選会あります



### 新春ライブ

日時：1月25日(土)  
①午後1時30分～2時  
ペリカンたまごさんによる  
音まねパフォーマンス  
②午後2時10分～3時  
夢楽らいぶ一座さんによる  
ギター弾き語りコンサート  
申込：1月6日(月)～14日(火)  
定員：40名 ※申込多数の場合、抽選  
抽選：1月15日(水)  
※当選者番号を館内に掲示します



### ニコニコ体操

日時：①2月 5日(水)  
②3月12日(水)  
午前10時～11時30分  
内容：①脳トレで楽しく認知症予防  
吉村先生  
あかね会(悠友塾健康コース 0B)  
②ラジオ体操(中保健センター)  
持物：タオル・飲料水  
定員：①②各25名 ※先着順  
①②いずれかを選んでください  
申込：1月22日(水)～  
※定員になり次第終了



### バランス健康体操教室

日時：1月29日(水)  
①午前10時～11時30分  
②午後1時～2時30分  
①②いずれかを選んでください  
講師：森田 瑞穂氏  
持物：スポーツタオル・飲料水  
あれば5本指靴下  
定員：各35名 ※先着順  
申込：1月7日(火)～  
※定員になり次第終了



### みんなの体操ひろば

日時：1月24日(金)  
午前10時～11時30分  
講師：ヨガ体操 塙先生  
持物：タオル・飲料水・ヨガマット  
又はバスタオル  
定員：25名 ※先着順  
申込：1月10日(金)～  
※定員になり次第終了



### カフェ悠友

日時：1月20日(月)・31日(金)  
午前11時30分～3時  
場所：角田総合老人センター  
1階だんらん室  
飲物：コーヒー・紅茶  
(1杯120円)



### 笑っていこうや！ 楽しくトライ体操

日時：1月17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：1月6日(月)～14日(火)  
抽選：1月15日(水)  
※当選者番号を館内に掲示します



### セルフケアヨガ

日時：2月3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：タオル・飲料水・ヨガマット  
定員：25名 ※申込多数の場合、抽選  
申込：1月16日(木)～24日(金)  
抽選：1月27日(月)  
※当選者番号を館内に掲示します



### いきいき健康相談

日時：1月15日(水)  
午後1時30分～3時  
受付：当日午後2時30分まで



### 市民公開講座

日時：1月30日(木) 受付 午後1時  
午後1時30分～3時30分  
場所：イコーラム(希来里6階)  
内容：①「地域共生社会に寄与する  
アクティブシニアのススメ」  
講師：ふくしと教育の実践研究所 SOLA  
主宰 新崎 国広氏  
②シニア地域活動実践塾  
シンポジウム (受講生発表)  
定員：30名 ※先着順  
申込：1月7日(火)～29日(水)  
※定員になり次第終了



### 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～正午  
午後1時30分～3時30分



**特殊詐欺が多発しています！  
キャッシュカードは渡さない  
暗証番号は教えないで下さい**

### 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

