

東大阪市立
五条老人センター
2024年(令和6年)12月号

発行元:東大阪市社会福祉協議会 五条老人センター
所在地:東大阪市五条町9番45号
電話:072-985-3751
FAX:072-986-7592
URL:www.heartnet-hoshakyo.org/

将棋大会

日時:12月18日(水)
午後12時30分集合
定員:16名 <先着順>
受付:定員なり次第申込終了



～消防訓練のご案内～

日時:12月13日(金)
午前9時30分～10時15分
※当日、消防訓練を行いますので
ご利用される皆さまのご参加ご協力を
お願いします。

♪ミックスみゅ～じゅく体操
(呼吸を意識した椅子体操)

～12月・1月の開催～
日時:12月13日・27日(金)
1月10日・24日(金)
午前10時～11時30分
定員:20名 <受付終了>
講師:izumi

♡エンジョイ
(お話し・脳トレ・ゲーム)

～12月の開催～
日時:12月9日(月)
※1月はお休みです
午前10時～11時30分
講師:ボランティアグループ【エンジョイ】

♡楽しくトライ体操
(体操と楽しいゲーム)

～12月・1月の開催～
日時:12月16日・1月20日(月)
午前10時～11時30分
講師:ボランティアグループ【ダンシングクローバー】

エンジョイ・楽しくトライ体操は、ボランティアグループさんのご協力により当日参加ができるようになりました。お気軽にご参加ください!!

●バランス健康体操
(バランスボールを使ったストレッチ体操)

～12月・1月の開催～
日時:12月25日・1月22日(水)
①午前10時～11時30分
②午後1時～2時30分
受付:12月2日(月)～10日(火)
抽選:12月11日(水)
定員:各20名
講師:森田 瑞穂 氏

◆みんなの体操広場
(お話し・体操・ゲーム・炭坑節)

～12月・1月の開催～
日時:12月23日・1月27日(月)
午前10時～11時30分
受付:12月2日(月)～10日(火)
抽選:12月11日(水)
定員:20名
講師:ボランティアグループ【なかよし】

◆eスポーツ体験
(介護予防や認知症対策など健康維持に効果あります)

日時:12月6日・20日(金)
午前10時～11時30分
定員:20名
協力:ボランティアグループ
eスポーツ同好会の皆さま
<受付終了>

電話やメールでお金の話

「キャッシュカードの交換」
「ATMで還付金」…など

それは詐欺です!!



●映画鑑賞会
「戦場のメリークリスマス」

日時:12月24日(火)
1部:午前9時30分～11時30分
2部:午後1時30分～3時30分
定員:各30名 <先着順>
受付:12月2日(月)～



Merry Christmas

☆健康相談☆

日時:12月5日(木)
午後1時30分～3時
相談員:引田 妙子 氏

「いきいきネット
相談支援センター」
地域の身近な福祉の相談窓口
TEL:072-986-7673
FAX:072-986-7592

令和6年12月 行事予定表

クラブ ・ 教室 ・ 行事 ・ 一般					
日	曜日	大広間 (AM)	大広間 (PM)	多目的ルーム	その他
1	日	【 休 館 日 】			
2	月		華 道		
3	火	折り紙	詩 吟		
4	水	カラオケ①	カラオケ②		
5	木			健康相談	
6	金	eスポーツ体験	新舞踊		
7	土				
8	日	【 休 館 日 】			
9	月	エンジョイ	俳 句		エンジョイ例会
10	火	水墨画同好会	書 道	あじさいの会例会	
11	水			初心者卓球教室	茶 道
12	木	歌体操	手 芸	卓球同好会①②	
13	金	ミックスみゅーじっく体操	民 謡		消防訓練
14	土				
15	日	【 休 館 日 】			
16	月	楽しくトライ体操			ダンシングクローバー例会
17	火				
18	水		将棋大会		
19	木				
20	金	eスポーツ体験			
21	土				
22	日	【 休 館 日 】			
23	月	みんなの体操ひろば			
24	火	映画観賞会①	映画観賞会②		
25	水	バランス健康体操①	バランス健康体操②	フラワーアレンジメント	
26	木		華 道		
27	金	ミックスみゅーじっく体操			
28	土				
29	日	【 休 館 日 】		☆利用者の皆様には、今年も大変お世話になりました。 来年は、1月4日(土)より開館いたします。 引き続きご利用よろしく申し上げます。	
30	月	【 休 館 日 】			
31	火	【 休 館 日 】			

※行事予定、及び部屋の使用が変更になることがありますのでご注意ください。
 ※行事の詳細につきましては、表面をご覧ください。