天王寺区老人福祉センターだより

天王寺区マスコットキャラクター

ももてんちゃん

令和６年２月号

《編集・発行》☆毎月 20 日発行
天王寺区老人福祉センター
天王寺区生玉寺町７－５７
（天王寺区民センター　３階）
電　話：06-6771-8606
ＦＡＸ：06-6779-5790

～当センター利用休止のお知らせ～

３月 11 日（月）12：00～17：00

【設備点検】により停電となるため、当センターのご利用を休止させていただきます。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

こんな事もできます！スマホ活用講座

★講 座 内 容

①【LINE】
- LINE の特徴について
- 写真、スタンプの送信体験
- LINE で複数の友達や家族にメッセージを送る方法
- LINE を使った無料電話の操作について

②【Google レンズ】体験
- Google レンズの使い方

③【QR コード】体験
- QR コードを読取り、講座申込みやホームページ等を見る方法

その他、質疑応答あり。

❒日　　時：令和６年２月 29 日（木）午後１時 30 分～３時 30 分
❒場　　所：老人福祉センター（大広間、第１集会室）
❒対 象 者：市内在住 60 歳以上の方
❒定　　員：25 名（応募者多数の場合は抽選）
❒講　　師：ソフトバンク　スマートフォンアドバイザー
❒参 加 費：無料
❒持 ち 物：筆記用具
市内在住６０歳以上であることが確認できるもの(利用証、健康保険証等)
❒申込方法：令和６年２月 22 日（木）午後３時までに
老人福祉センター窓口または電話でお申込みください。
☎06-6771-8606（電話申込みの場合は本人に限る）
❒抽選結果：当選された方にのみ、令和６年２月 22 日（木）にご連絡いたします（落選された方にはご連絡いたしません）。

スマホは、貸し出し機を使っていただきます。

■昨年 11 月より実施しました当センターの利用者アンケートにおいて、スマホ講座の知りたい項目で、LINE・Google レンズの順で人気が高く、前回 12/19 のスマホ活用講座でも 53 人ものご応募がありました。スマホの便利な機能が色々使えるようになると日常がより楽しく充実しそうですよ！　次回、２月 29 日の講座も多数のご応募お待ちしております。

楽しいタオル体操教室（第２弾）

タオルを使って凝り固まった筋肉をほぐし血行を良くしましょう！
理学療法士の先生が指導するタオルを使った体操を体験してみませんか！

❒日　　時：令和６年２月 26 日（月）午後１時 30 分～2 時 30 分
❒場　　所：老人福祉センター（大広間・第１集会室）
❒対 象 者：市内在住 60 歳以上の方
❒定　　員：25 名（応募者多数の場合は抽選）
❒講　　師：Sieg 訪問看護ステーション 理学療法士　文野　勝利 氏
❒参 加 費：無料
❒持 ち 物：タオル１本
❒申込方法：令和６年２月 19 日（月）午後３時までに
老人福祉センター窓口または電話でお申込みください。
☎06-6771-8606（電話申込みの場合は本人に限る）
❒抽選結果：当選された方にのみ、令和６年２月 19 日（月）にご連絡いたします
（落選された方にはご連絡いたしません）。
❒注意事項：新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日は必ず自宅で検温を済ませ、
手洗い、手指消毒、マスク着用のご協力をお願いいたします。

世代間交流事業

英会話による「高校生との交流会」のご報告

昨年１２月 14 日（木）、大阪府立大阪ビジネスフロンティア高校の生徒の皆さんと教師合わせて 11 名が来られ、当センターのサークル・英会話「フレッシュ」の方々と英会話でゲームを楽しんだり、日常会話を交わす中で、「世代間交流」を行いました。高校生は、サークルの方々の年齢を重ねても学び続ける前向きな姿に感心し、サークルの方々は高校生達の頭の回転の速さに驚かれ、共に良い刺激を感じられるとともに笑顔あふれる充実した時間となりました。

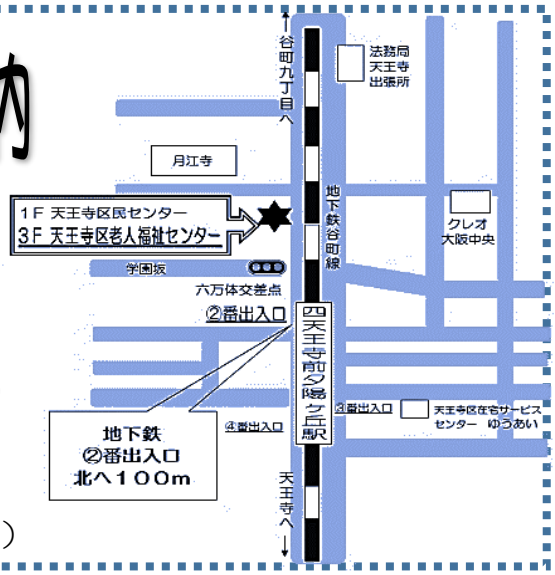
大阪市立天王寺区老人福祉センターのご案内

天王寺区老人福祉センターは大阪市内在住の 60 歳以上の方がご利用いただけます。
初めて利用される方は利用証を発行いたしますので、『住所・氏名・生年月日』が確認できるもの（健康保険証等）をお持ちください。

開館時間
午前 10 時～午後５時

利 用 料
無料（但し、行事等実費）

休 館 日
日曜日、祝祭日、
年末年始（12/29～1/3）



老人クラブだより

区老連モルック体験会

フィンランド発祥の幅広い世代が気軽に楽しめるスポーツです。

開催日：２月１６日(金)／３月１３日(水)／４月１７日(水)／５月１６日(木)
６月１８日(火)／７月１７日(水)　　全日程、午後２時～３時頃
場　所：区民センター１階　ホール
対象者：市内在住６０歳以上の方
申　込：「氏名・年齢・居住区・電話番号・老人クラブ加入の有無」を報告ください。
当日飛び込みでの参加も可。お気軽にご参加ください。
内　容：チームに分かれ対戦。初参加の方には、実際に体験いただきながらルールを説明します。

区老連　日帰りバス旅行

開催日：２月２８日（水）
対象者：天王寺区老人クラブ会員　限定
参加費：８,５００円
定　員：１２０名（申込先着順）
申　込：１月２２日（月）～２月２日（金）まで
※但し、定員になり次第締切。
「氏名・電話番号・住所・年齢・性別」と参加費を添えて、老人クラブ会長まで。

行　程：天王寺区～月ケ瀬梅林(関西屈指の梅の名所 自由散策)～道の駅 針テラス(昼食)～あすかルビー(大人気ブランドのイチゴ狩り ３０分食べ放題)～JA まほろばキッチン(買物)～天王寺区

交通事故防止キャンペーン

開催日：２月２１日（水）
１０時３０分～４５分頃
場　所：和宗総本山 四天王寺
境内各所
内　容：天王寺警察と老人クラブが協力し、チラシや啓発物品の配布など、交通事故防止の啓発活動を実施します。
※雨天中止

閉じこもりや寝たきりの予防に、地域の老人クラブに入会して、生きがいと健康づくり、仲間づくりなど一緒に楽しみませんか？

クラブ会員募集

天王寺：　聖寿会　　五　条：五条クラブ　　味　原：味原クラブ

桃　丘：桃丘明友クラブ　　真田山：万年青会　・真生クラブ　・　城南クラブ

大　江：大江逢坂クラブ　・　大江福寿クラブ　　桃　陽：桃陽寿会

【問合せ先】（老人福祉センター内）天王寺区老人クラブ連合会事務局
電話：06-6771-8606

2月行事予定表

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
午前				いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～ 書道（研究会） １０：３０～ 【第２集会室】	編　物 １０：００～	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～	休館日
午後				民　謡 １３：３０～	新舞踊 １３：３０～	卓　球 １３：３０～ ★デイルーム 卓球台使用不可	
	5	6	7	8	9	10	11
午前	太極拳 １０：００～	歌体操 １０：００～ 【区民Ｃホール】 昭和男の体操 １０：３０～ セカンドライフを考える会 １１：３０～ 【第２集会室】	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～ ニコニコ健康体操 １０：３０～ 【区民Ｃホール】	**中国語会話教室** **１０：３０～** **【第２集会室】** ヨ　ガ １０：３０～	フォークダンス １０：００～	休館日
午後	民　踊 １３：３０～	天身会 １３：３０～ 【第２集会室】	カラオケ（１） １３：３０～	カラオケ（２） １３：３０～ 英会話「ﾌﾚｯｼｭ」 １４：００～ 【第２集会室】	英会話「global」 １３：００～ 【第２集会室】	グリーンコーラス １３：３０～	
	12	13	14	15	16	17	18
午前	建国記念の日（祝日）休館日	ストレッチ １０：３０～	**すこやかシニア体操教室** **１０：００～** **【大広間・第１集会室】** 大正琴（Ａ） １０：００～ 大正琴（Ｂ） １１：００～ 【第２集会室】	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～ 書道（研究会） １０：３０～ 【第２集会室】	編　物 １０：００～ **中国語会話教室** **１０：３０～** **【第２集会室】**	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～	休館日
午後		書道（一般） １３：３０～	詩　吟 １３：３０～	民　謡 １３：３０～	英会話「global」 １３：００～ 【第２集会室】 新舞踊 １３：３０～ モルック体験会 １４：００～ 【区民Ｃホール】	グリーンコーラス １３：３０～	
	19	20	21	22	23	24	25
午前	太極拳 １０：００～	昭和男の体操 １０：３０～ セカンドライフを考える会 １１：３０～ 【第２集会室】	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～ ニコニコ健康体操 １０：３０～ 【区民Ｃホール】	天皇誕生日（祝日）休館日	フォークダンス １０：００～	休館日
午後	民　踊 １３：３０～ 俳　画 １３：３０～ 【第２集会室】		カラオケ（１） １３：３０～ ぼちぼち野郎会 １４：００～ 【第２集会室】	カラオケ（２） １３：３０～ 英会話「ﾌﾚｯｼｭ」 １４：００～ 【第２集会室】		卓　球 １３：３０～ 天身会（華） １３：３０～ 【第２集会室】 ★デイルーム 卓球台使用不可	
	26	27	28	29	★館内にてご利用できます 譲り合って ご利用ください。 <ロビー> バンパープール1台 <デイルーム>卓球台1台 <第1集会室・ロビー>囲碁・将棋 ※ロビーでは机で利用できます。 ※講座等が開催される場合は、 第1集会室で囲碁・将棋ができない場合があります。		
午前	大正琴（Ａ） １０：００～ 大正琴（Ｂ） １１：００～	歌体操 １０：００～ 【区民Ｃホール】 ストレッチ １０：３０～	**すこやかシニア体操教室** **１０：００～** **【大広間・第１集会室】**	いきいき百歳体操 １０：００～ １１：００～			
午後	**楽しいタオル体操教室** **１３：３０～**	書道（一般） １３：３０～	詩　吟 １３：３０～	**こんな事もできます！** **スマホ活用講座** **１３：３０～**			