

10月



# 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



もてんちゃん

## 令和6年10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  
 F A X：06-6779-5790

### グラウンドゴルフ大会 (第19回天王寺区長杯)

- ◆日時：令和6年10月25日(金)午前9時00分開始 ※雨天中止
- ◆受付：午前8時30分～
- ◆場所：五条公園グラウンド(天王寺区烏ヶ辻2-5)
- ◆対象者：市内在住60歳以上の方
- ◆定員：60名(申込先着順)
- ◆参加費：30円(保険代)※令和6年10月18日(金)までにお釣りのいらぬように当センター窓口迄ご持参ください。当日、欠席された場合も返金致しません。又、その際市内在住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)をご提示願います。
- ◆服装等：運動のできる服装でお越しください。
- ◆持ち物：水分補給用の飲み物。
- ◆申込締切：令和6年10月11日(金)までに、天王寺区老人福祉センター窓口又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)
- ◆注意事項：自宅での検温、マスクの着用、手指の消毒等感染症拡大対策へのご協力をお願いします。



### 歌声コンサート

平日のひと時に、生オケで歌ってみませんか♪～

ヴァイオリン、ヴィオラ、チェロ、クラリネット、ピアノの美しい音色で奏するのは、童謡、唱歌、昭和の懐メロなどの曲。ボーカルの歌声に合わせ、みんなで一緒に歌って心が潤うひと時を過ごしてみませんか！

- ◆日時：令和6年11月8日(金)午後2時00分～3時00分
- ◆場所：天王寺区老人福祉センター(大広間・第1集会室)
- ◆対象者：市内在住60歳以上の方
- ◆定員：30名(応募者多数の場合は抽選)
- ◆出演団体：ウィークデイ アンサンブルの皆さん
- ◆参加費：無料
- ◆持ち物：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)
- ◆申込締切：令和6年10月31日(木)午後3時まで、天王寺区老人福祉センター窓口又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10月31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)。



# こんな事もできます！スマホ活用講座

## 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 【二次元コード】体験

- ・二次元コードを読み取り、講座申込みホームページ等を見る方法

## ④ 【アプリ紹介】

- ・大阪府推奨 スマートシニアライフ事業 LINE公式アカウント「おおさか楽なび」アプリの紹介



スマホは、貸し出し機を使っていただけます。

◆日時：令和6年10月31日（木）午後1時30分～3時30分

◆場所：天王寺区老人福祉センター（大広間） ◆対象者：市内在住60歳以上の方

◆定員：20名（応募者多数の場合は抽選で初めての方優先。申し込みが10名未満の場合、開催中止）

◆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）

◆申込締切：令和6年10月24日（木）午後3時までに、天王寺区老人福祉センター窓口又は電話でお申込みください。

☎06-6771-8606（電話申込みは本人に限る）

◆抽選結果：当選された方にのみ、令和6年10月24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）。



## 歩こう会

### ① 「コリアンタウンで異文化体験」コース

◆日時：令和6年10月29日（火） 午前10時～12時頃

◆集合場所：JR 桃谷駅南口改札前付近

◆集合時間：午前9時30分 ◆参加費：30円【保険代、10/23(水)17時迄にセンター窓口迄】

◆申込締切：令和6年10月16日（水）午後3時まで→当選者にのみ10/16(水)にご連絡します。

◆コース：JR 桃谷駅→桃谷商店街→つるの橋跡→彌栄神社→御幸森天神宮→生野コリアンタウン→七福の辻→鶴橋本通り・鶴橋商店街→JR 鶴橋駅付近【大阪メトロ(地下鉄)鶴橋駅】



### ② 『とことん新世界探訪探訪』コース

◆日時：令和6年11月15日（金） 午前10時～12時頃

◆集合場所：天王寺駅前交番近くの「てんしば」看板前

◆集合時間：午前9時30分 ◆参加費：30円【保険代、11/8(金)17時迄にセンター窓口迄】

◆申込締切：令和6年11月1日（金）午後3時まで→当選者にのみ11/1(金)にご連絡します。

◆コース：てんしば広場 天王寺公園→「ピリケン」説明→朝日劇場→新世界国際劇場→通天閣→大阪国技館跡の碑→ジャンジャン横丁



### ★各コース 共通事項

◆対象者：市内在住60歳以上の方 ◆定員：各回30名（応募者多数の場合は抽選）

◆ガイド：てんのうじ観光ボランティアガイド協議会

◆服装：動きやすい服装、履きなれた靴 ◆持ち物：タオル、水分補給用の飲み物

◆申込方法：老人福祉センター窓口又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）。落選された方には、ご連絡いたしません。

※実施日の前日(10/28・11/14)の午後3時の天気予報で翌日開催できないと判断した場合、中止とさせていただきます、その日中にお電話でご連絡させていただきます。

※少雨決行ですが、当日お天気が急変し大雨になった場合、急遽中止し、解散とさせていただきます。



## ☆ 区民ギャラリー作品展のお知らせ ☆

書道(研究会)・俳画・編み物サークルの作品を、  
右記の期間、天王寺区役所1階ロビーに展示いたします。  
ぜひお立ち寄りください!

展示期間  
10月7日(月)~10月18日(金)  
展示場所  
天王寺区役所1階ロビー

## 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

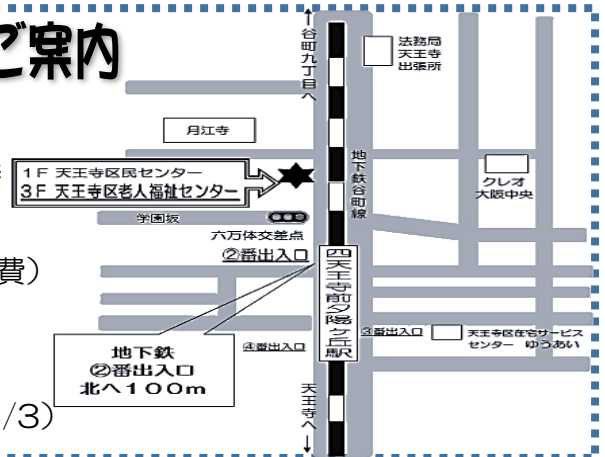
午前10時~午後5時

### 利用料

無料(但し、行事等実費)

### 休館日

日曜日、祝祭日、  
年未年始(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: 10月18日(金) / 11月19日(火) / 12月19日(木)

令和7年1月15日(水) / 2月13日(木)

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」をご報告ください。

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。

◎道具については、区老連で使用しない日であれば、下記モルック道具一式を貸出しています。

【モルック 2セット ・ 室内でも使用可能なクッション付き 3セット】

老人クラブに加入して、地域で楽しい仲間づくりをしませんか?

天王寺: 聖寿会

五 条: 五条クラブ

味 原: 味原クラブ

桃 陽: 桃陽寿会

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

ク  
ラ  
ブ  
会  
員  
募  
集

【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



10月行事予定表

月		火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6	
午前		★ラジオ体操 10:25~ 昭和男の体操 10:30~	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	★ラジオ体操 9:55~ 編物 10:00~ 【第2集会室】	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	休館日	
		セカンドライフを 考える会 11:30~ 【第2集会室】		書道(研究会) 10:30~ 【第2集会室】				
午後		天身会(役) 13:30~ 【第2集会室】	カラオケ(1) 13:30~	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	
		7	8	9	10	11	12	
午前		太極拳 10:00~ 中国語会話 10:30~ 【第2集会室】	★ラジオ体操 10:00~ 歌体操 10:00~ 【区民Cホール】 ストレッチ 10:30~	★ラジオ体操 9:55~ <b>おこやかシニア 体操教室⑤</b> 10:00~ 【大広間・第1集会室】	★ラジオ体操 9:55と10:55 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】	★ラジオ体操 10:25~  ヨガ 10:30~	フォークダンス 10:00~	休館日
		民謡 13:30~ 英会話「global」 13:30~ 【第2集会室】	書道(一般) 13:30~	詩吟 13:30~	カラオケ(2) 13:30~ 英会話「flutti」 14:00~ 【第2集会室】		グリーンコーラス 13:30~	
午後								
		14	15	16	17	18	19	
午前	スポー ツの 日 (祝日) 休館日	★ラジオ体操 10:25~ 昭和男の体操 10:30~	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~ 大正琴(A) 10:00~ 大正琴(B) 11:00~ 【第2集会室】	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~ 書道(研究会) 10:30~ 【第2集会室】	★ラジオ体操 9:55~ 編物 10:00~ 【第2集会室】	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	休館日	
			セカンドライフを 考える会 11:30~ 【第2集会室】	カラオケ(1) 13:30~	民謡 13:30~ ぼちぼち野郎会 14:00~ 【第2集会室】	新舞踊 13:30~ 区老連 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~
午後		★全館停電 13:00~17:00						
		21	22	23	24	25	26	
午前		太極拳 10:00~	★ラジオ体操 10:00~ 歌体操 10:00~ 【区民Cホール】 ストレッチ 10:30~	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	★ラジオ体操 9:55と10:55 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】	<b>グラウンドゴルフ 大会9:00~</b> 【五条公園グラウンド】 ★ラジオ体操 10:25~ ヨガ 10:30~	フォークダンス 10:00~	休館日
		民謡 13:30~	書道(一般) 13:30~	詩吟 13:30~	カラオケ(2) 13:30~ 英会話「flutti」 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	
午後								
		28	29	30	31	各サークルへの入会希望の方は、見学(体験)して いただく必要がありますので、当センターまで ご予約の電話(☎06-6771-8606)をお願いします。		
午前		大正琴(A) 10:00~ 大正琴(B) 11:00~ 中国語会話 10:30~ 【第2集会室】	<b>天王寺歩こう会① 「コリアンタウンで 異文化体験」コース</b> 10:00~ 【現地集合】	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	★ラジオ体操 9:55と10:55 いきいき百歳体操 10:00~ 11:00~	★館内にてご利用できます。 ※譲り合ってください。 <ロビー>バンパーボール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。		
		俳画 13:30~ 英会話「global」 13:30~ 【第2集会室】			<b>こんな事もできます スマホ活用講座</b> 13:30~ 【大広間】			
午後								