

## 5月号センターだより

### ○●センターだより設置場所○●

平野区役所、北部サービスセンター、平野区社会福祉協議会、老人憩の家 22地域、平野区民センター・区民ホール、平野スポーツセンター、平野図書館、クラフトパーク、クレオ大阪南、5地域包括支援センター（加美・平野、喜連、瓜破、長吉）

### 【講座のお申し込みについて】

ご本人がセンター事務所まで電話または来館のうえ、お申し込みください。  
その他ご不明な点などについては、センター事務所までお問い合わせください。

※ 各イベントにつきましては、マスクの着用・自宅での検温をお願いします。

※ 新型コロナウイルス感染防止の為、中止・延期となる場合があります。

無料

### 森原先生の【たのしい健康体操】

・日 時：5月10日（月）・24日（月）

午前10時～11時

・場 所：平野区民ホール（平野南1-2-7）

・講 師：MYフィットネス道 代表 森原 優次 氏

・定 員：老人クラブ 60名（先着順）

（各地区女性部長さんへお申し込み）

老人センター 30名（先着順）

（老人福祉センターへ電話、又は来館にてお申し込み）

・持ち物：水分補給の飲み物・長めのタオル・筆記用具

・申 込：どちらかの日程をお選び頂き

4月26日（月）まで（定員となり次第、終了とさせていただきます）



## だいちゃん先生の

無料

### 【整体体操】

骨盤のゆがみを自分で調べる方法、  
調整する方法を教えます♪ (全2回講座)

・日 時：5月12日(水)・26日(水)

10時30分～11時30分

・場 所：平野区老人福祉センター

2階「多目的室」

・講 師：大阪市生涯学習インストラクター  
中村 大輔 氏

・定 員：20名 (定員を超えた場合は抽選)

・持ち物：上履き・水分補給の飲み物



タオル・ヨガマット又は、

大きめのバスタオル

・申 込：4月30日(金)まで

(電話不可)

## 音楽療法の時間です。

無料

昔の音楽に乗せて♪♪  
手遊びや体操をし、心と体を  
リフレッシュしましょう！！



・日 時：5月21日(金)

午前10時～11時30分

・場 所：平野区老人福祉センター

2階「多目的室」

・講 師：たつみ音楽療法事務所  
音楽療法士 龍味 功典 氏

・定 員：20名 (定員を超えた場合は抽選)

・持ち物：上履き・水分補給の飲み物

タオル

・申 込：5月10日(月)まで

(電話不可)



## 4月・5月 ★誕生者記念撮影・誕生お祝いコンサート★

無料

・日 時：5月21日(金)

先着25名

誕生者【記念撮影】 午後1時～ 2階「レクホール」

お祝いコンサート 午後1時30分～ 2階「多目的室」

(新型コロナウイルス感染防止の為、お祝いコンサートは(誕生者の方が優先)となります)

・出演者：「手話サークル <sup>かじつ</sup>花実」

言葉以外にも想いや気持ちを伝えられる、コミュニケーションの  
一つとして手話の魅力を感じてみませんか？

・持ち物：上履き・水分補給の飲み物

・申 込：4月8日(木)より (電話可)



無料

## 荒川先生の【たのしい健康体操】

どなたでも楽しくできる体操です。みんなで一緒に体を動かしましょう♪♪

- ・日 時：5月27日（木）  
午後1時30分～3時
- ・場 所：平野区老人福祉センター 2階「多目的室」
- ・講 師：MYフィットネス道  
荒川 夏江 氏
- ・定 員：20名（定員を超えた場合は抽選）
- ・持ち物：上履き・水分補給の飲み物・長めのタオル
- ・申 込：5月15日（土）まで（電話不可）



無料

## 脳いきいきトレーニング

数独・脳活クイズ・おとなのぬりえ等

- ・日 時：5月13日（木）  
午前10時～11時30分
- ・場 所：平野区社会福祉協議会  
「にこにこセンター 会議室」
- ・日 時：5月25日（火）  
午後1時30分～3時
- ・場 所：平野区老人福祉センター  
1階「ダイルーム」
- ・定 員：各10名（先着順）
- ・持ち物：上履き・水分補給の飲み物  
筆記用具
- ・申 込：4月8日（木）～  
  
(電話可)

無料

## わなげ練習会

【自由参加になります】

みんなで楽しく練習しましょう！！

- ・日 時：5月6日（木）・13日（木）  
午後1時30分～3時  
※7月まで毎月開催予定！！
- ・場 所：平野区老人福祉センター  
1階「ダイルーム」
- ・定 員：最大20名（先着順）
- ・持ち物：上履き・水分補給の飲み物  
タオル
- ・申込不要 ※当日、お越しください

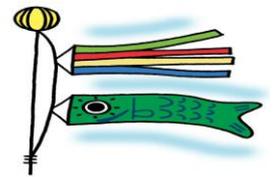




# 令和3年



# 5月予定表



日	曜	午前	午後
1	土	「いちよう学園 同窓会役員会」	
2	日	休館日	
3	月	休館日	
4	火	休館日	
5	水	休館日	
6	木		パッチワーク同好会 わなげ練習会
7	金		
8	土		新舞踊同好会
9	日	休館日	
10	月	「森原先生の たのしい健康体操」 (区民ホールで開催)	ディスコン練習会
11	火	書道同好会A いきいき百歳体操同好会B フォークダンス同好会	書道同好会B
12	水	「大ちゃん先生の 整体体操①」	ふれあいサロン 社交ダンス同好会 写真同好会 俳画同好会
13	木	ゆかりの会世話人会 民踊同好会 「脳いきいき トレーニング」 (にこにこセンターで開催)	わなげ練習会
14	金	歌体操同好会	ボランティア
15	土	おもちゃ病院	

★同好会等の日程は変更になる場合があります。  
必ずご自分で確認ください。

日	曜	午前	午後
16	日	休館日	
17	月		俳句同好会 ディスコン練習会
18	火	園芸同好会 いきいき百歳体操同好会A フォークダンス同好会	老ク役員理事会
19	水		ふれあいサロン 社交ダンス同好会
20	木		ゆかりの会 パッチワーク同好会
21	金	川柳同好会 「音楽療法の 時間です。」	「誕生お祝い コンサート」
22	土		新舞踊同好会
23	日	休館日	
24	月	「森原先生の たのしい健康体操」 (区民ホールで開催)	ディスコン練習会
25	火	書道同好会A いきいき百歳体操同好会B	書道同好会B 「脳いきいき トレーニング」
26	水	「大ちゃん先生の 整体体操②」	ふれあいサロン 社交ダンス同好会
27	木	絵手紙同好会 民踊同好会	「荒川先生の たのしい健康体操」
28	金	歌体操同好会	ボランティア
29	土		
30	日	休館日	
31	月		ディスコン練習会

★毎週土曜日の卓球開放は当面の間、中止です。