

ステキな笑顔作り教室
(老人福祉センター)

3/3(火) ①10~(15名)
②11~(15名)

定員：①②15名(先着)
申込：直接または電話
【協力：第3地域包括】

元気！100歳講座
～健康体操～
(老人福祉センター)

3/3(火) 11~12

※水分補給の飲み物
定員：約30名
申込：直接または電話
【指導：健康増進課】

映画会

(老人福祉センター)

3/25(水) 10~

家族(107分) 山田洋次 監督作品

倍賞千恵子 井川比佐志 他
定員：約50名
申込：直接または電話

ふるさとの話をしよう会

(老人福祉センター)

3/25(水) 午後1~3:15

定員：約30名
申込：直接または電話

理学療法士さんのお話

(老人福祉センター)

【4月】4/7(火) 10~

おもに「ひざ痛」のお話

定員：約50名
申込：直接または電話

内容を検討中！
後日、ポスター掲示します♡
【協力：第3地域包括】



4月スタート講座 受講生募集

【脳のトレーニング 春コース】

4/14・28、5/12・26、6/9・23、7/14
の火曜日(全7回)
時間：午前10~11:30

【やさしい大人のぬりえ】

04/13~令和9年3/8の毎月第2月曜日
04/16~令和9年3/18の毎月第3木曜日
時間：午前10~正午
費用：年間600円

【写経・写仏教室】

04/3~令和9年3/5の毎月第1金曜日
04/9~令和9年3/11の毎月第2木曜日
時間：午前10~正午
費用：年間500円

申込 いずれの講座も
3/16(月)までに 電話または直接

※ 新規生優先
※ 抽選の後、当選者にお返事いたします

**各施設からの
お知らせ**

右のQRコードを読み取ると、3施設の
「スケジュール表」や「ホームページ」
を見ることができます

門真市立老人福祉センター

〒571-0064 門真市御堂町 12-5

06-6903-7771

E-mail: roujin-fukushi@kadoma-cc.net

URL: https://fukushi.kadoma-cc.net/



門真市高齢者ふれあいセンター

門真市岸和田三丁目 44-11

072-886-0015

E-mail: koureisya-fureai@kadoma-cc.net

URL: https://fureai.kadoma-cc.net/



門真市地域高齢者交流サロン

〒571-0022 門真市沖町 28-2

06-6903-7771 (市立老人福祉センター)

E-mail: roujin-fukushi@kadoma-cc.net

URL: https://koryu.kadoma-cc.net/



映画会 (ふれあいセンター)

【3月】3/7(土) 10~

家族(107分) 山田洋次 監督作品

倍賞千恵子 井川比佐志 花沢徳衛
前田吟 ハナ肇 瀧美清 笠智衆 他

定員：約20名 申込：直接または電話

映画会 (ふれあいセンター)

【4月】4/4(土) 10~

手紙(121分) 東野圭吾 原作の映画

山田孝之 玉山鉄二 沢尻エリカ
吹石一恵 尾上寛之 吹越満 他

定員：約20名 申込：直接または電話

ネイルカラー体験 (ふれあいセンター)

ネイル&おしゃべり
ひとときリラックスタイム



日時：3/19(木) 11~



モルック体験会 (老人福祉センター) やったことない人 大歓迎!

日時：3/31(火) 10:30~12 持ち物：水分補給の飲み物

定員：約15名 申込：直接または電話

老人福祉センター ☎06-6903-7771 *休館日：日曜・祭日・年末年始		
教室・イベント	日時	定員
ピンポン(卓球チョコサークル)	毎日 初心者歓迎 ※事務所に声掛けしてね	交代制
頭の体操+ロコモ体操+百歳体操	毎週(木) 9:30~(約50分)	20名
やさしい大人のぬり絵教室 ※都合により日程変更の場合あり	クラス①…第2(月) 10:00~12:00 クラス②…偶数月：第3(木) 10:00~12:00 奇数月：第3(金) 10:00~12:00	各クラス 30名
写経・写仏教室 ※都合により日程変更の場合あり	クラス①…第1(金) 10:00~12:00 クラス②…第2(木) 10:00~12:00	各クラス 30名
はつらつ体操 ※只今、満員です	第2・第4(木) 10:30~11:30	約30名
～頭と体を動かす～ ハッピー ※只今、満員です	第1・第3(水) 10:00~	約15名
♡ステキな笑顔作り教室♡ 【協力：第3地域包括支援センター】	3/3(火) ①10~(15名) ②11~(15名)	①②とも 15名(先着)
元気！100歳講座～健康体操～ 【指導：健康増進課】	3/3(火) 11~12	約50名
NEW! ～体幹を鍛えよう～ すまいる体操 体験会 ※只今、満員です	3/7(土) 10~、3/21(土) 10~	約15名
【映画会】「家族」 山田洋次 監督作品	3/25(水) 10~ (107分)	約50名
ふるさとの話をしよう会	3/25(水) 午後1~3:15	約30名
ネイルカラー・眉体験	3/26(木) 9:30~12:30	
NEW! ～やったことない人 大歓迎～ モルック体験会	3/31(火) 10:30~12	約15名
理学療法士さんのお話 【協力：第3地域包括】	4/7(火) 10~11:30 ※詳細は後日ポスターにて	約50名

共通のおしらせ

《3月のパン・クッキーの販売日時》

※ただし、なくなり次第終了します



●老人福祉センター…3/26(木)11:15~12:15

●ふれあいセンター…3/24(火)11:00~12:00

高齢者ふれあいセンター ☎072-886-0015 *休館日：日曜・祭日・年末年始		
教室・イベント	日時	定員
ピンポン教室	平日毎日 午前・午後クラス 初心者歓迎	交代制
百歳体操+いきいき体操 +ロコモ体操	(月)(水)(金)クラス 10:00~(約60分) (火)(木)(土)クラス 10:00~(約60分)	各クラス 20名
女性のための初心者麻雀教室	毎週(月)(水)(金)午後1:00~3:30	20名
やさしい大人のぬり絵教室 ※都合により日程変更の場合あり	クラス①…第3(月) 10:00~11:45 クラス②…第4(土) 10:00~11:45	各クラス 20名
写経・写仏教室 ※都合により日程変更の場合あり	クラス①…第1(木) 10:00~11:45 クラス②…第4(火) 10:00~11:45	各クラス 20名
フラダンス教室 ※只今、満員です	3/9(月) 10~、3/23(月) 10~ ※4月からの日程は不定期です	約15名
【映画会】(3月)「家族」 山田洋次 監督作品	3/7(土) 10~ (107分)	約20名
歌声喫茶	3/12(木) 10~、3/30(月) 10~ 4/9(木) 10~、5/14(木) 10~	約25名
NEW! ネイルカラー体験	3/19(木) 11~	
【映画会】(4月)「手紙」 東野圭吾 原作の映画	4/4(土) 10~ (121分)	約20名