

老人福祉センターのお知らせ
☎06-6903-7771



各施設からのお知らせ

ふれあいセンターのお知らせ
☎072-886-0015

みんなでイベント
ツボ押しでセルフケア
(老人福祉センター)

7/7(火) 10~11:30

※水分補給の飲み物
定員：約 50名
申込：直接または電話



企画：第3地域包括支援センター

モルック
(老人福祉センター)

7/21(火) 10:30~11:30

※水分補給の飲み物
定員：約 20名
申込：直接または電話

映画会 (老人福祉センター)

7/22(水) 10~

しあわせ家族計画 (100分)
ハートウォーミング・ホームドラマ!!

三浦友和 渡辺えり子 片岡鶴太郎
名取裕子 いかりや長介 野際陽子 他
定員：約 50名 申込：直接または電話

元気100歳講座

(老人福祉センター)

7/29(水) 10~11:30

腰・膝が痛くてもできる体操&脳トレ

<指導：健康増進課>

定員：約 50名 申込：直接または電話
主催：つつるカムカム

映画会 (ふれあいセンター)

【7月】 7/4(土) 10~

しあわせ家族計画 (100分)

ハートウォーミング・ホームドラマ!!

三浦友和 渡辺えり子 片岡鶴太郎
名取裕子 いかりや長介 野際陽子 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：7/17(金) 11~



**コーラス&
ハンドベル演奏会**

(ふれあいセンター)

出演：香里ヌヴェール学院

日時：8/6(木) 時間は未定

※後日ポスター参照

定員：30名
申込：直接または電話



レディースげんき体操
(老人福祉センター)

7/7(火) 午後 1:30~2:30

※水分補給の飲み物
定員：約 20名
申込：直接または電話

大人も絵本も楽しもう!!

(老人福祉センター)

7/21(火) 11:30~12:00

※水分補給の飲み物
定員：約 20名
申込：直接または電話

主催：お話しレインボーズ

ふるさとの話をしよう会

(老人福祉センター)

7/22(水) 午後 1:15~2:45

第2のふるさと「門真」で暮らすための
いろいろな情報をゲットしませんか?

今回は…「介護保険のお話」や
おしゃべり

定員：約 20名 申込：直接または電話

【大阪ガスグループ福祉財団】

健康リズム体操

(老人福祉センター)

8/4(火) 午後 2~3:30

<お申込みの方はご準備を…>

- ①すべりにくい上靴
- ②軽い体操のできる服装
- ③水分補給の飲み物

定員：約50名 申込：直接または電話

申込締切：7/23(木)

映画会 (ふれあいセンター)

【8月】 8/1(土) 10~

湯を沸かすほどの熱い愛 (125分)

宮沢りえ 杉咲花 松坂桃李
オダギリジョー 他

定員：約 20名 申込：直接または電話

共通のおしらせ

《7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…7月31日(金) 11時15分~12時15分
- ふれあいセンター…7月30日(木) 11時~12時



イベントの予告

敬老カラオケ大会

日時：9月12日(土)10~(予定)

会場：老人福祉センター

対象：市在住60歳以上

先着50組(予定)

申込方法や受付開始日などは
後日お知らせします

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: koureisyua-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/



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…第3(木) 10:00~12:00	各クラス 38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 38名
みんなで楽しく脳トレ教室 ※都合により日程変更の場合あり	第2・第4(火) 10:00~11:30 計7回 ☆7回コースを年2回(春と秋)実施します	約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
~体幹を鍛えよう~すまいる体操	第1・第3(土) 10:00~	約15名
【みんなでイベント】 ツボ押しでセルフケア	7/7(火) 10:00~11:30	約50名
レディースげんき体操	7/7(火) 午後 1:30~3:00 ~脚力をつけ自律神経を整え、笑って帰れる体操~	約20名
モルック ~初心者 大歓迎~	7/21(火) 10:30~11:30	約20名
大人も絵本を楽しもう!	7/21(火) 11:30~12:00	約20名
【映画会】(7月)「しあわせ家族計画」 ハートウォーミング・ホームドラマ!!	7/22(水) 10~ (100分)	約50名
ふるさとの話をしよう会	7/22(水) 午後 1:15~2:45 今回は「介護保険のお話」やおしゃべり	約20名
ネイルカラー・眉体験	7/23(木) 9:30~	
元気100歳講座 【指導：健康増進課】	7/29(水) 10~11:30 腰・膝が痛くてもできる体操やストレッチ&脳トレ	約50名
健康リズム体操 【大阪ガスグループ福祉財団】	8/4(火) 午後 2~3:30 ※詳細はポスターやスケジュール表をご覧ください	約50名

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
みんなで楽しく脳トレ教室 ※都合により日程変更の場合あり	第2・第4(月) 10:00~11:30 計14回	20名
フラダンス教室 ※只今、満員です	※日程は不定期です お問い合わせください	約15名
【映画会】(7月)「しあわせ家族計画」 ハートウォーミング・ホームドラマ!!	7/4(土) 10~ (100分)	約20名
歌声喫茶	7/9(木) 10~、7/29(水) 10~	約25名
ネイルカラー体験	7/17(金) 11~	
【映画会】(8月) 「湯を沸かすほどの熱い愛」 <ロビーコンサート>	8/1(土) 10~ (125分)	約20名
コーラス&ハンドベル演奏会	出演：香里ヌヴェール学院	約30名