



【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
＜お申込済みの方はご準備を…＞
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

映画会 (老人福祉センター)
8 / 26 (水) 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 50名
申込：直接または電話

モルック (老人福祉センター)
8 / 18 (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

歌声喫茶 (老人福祉センター)
9 / 1 (火) 10～11:30
※水分補給の飲み物
定員：約 30名 申込：直接または電話

アフタヌーンティー (ごっこ) しませんか？ (老人福祉センター)
～紅茶を飲みながら、ちょこっと食の雑学でも…～
今回のテーマ・・・「陽 活」
9 / 8 (火) 1:30～3:00 ★食事は済ませてきてね おやつが少しだけ出ます
おひとり：200円 ※ 参加費を添えて8/31月までに事務所まで
定員：15名 (先着) 持ち物：お気に入りのカップ

何歳からでも
**脳を育てる
トレーニング**



後期生を募集します

脳トレ教室
(老人福祉センター)
9/8(火) 29(火)
10/13(火) 27(火)
11/10(火) 24(火)
12/8(火) (計7回)
時間：10～11:30
※申込：8/15(土)までに直接または電話
(応募多数の場合は新規生優先で抽選)

共通のお知らせ
カラオケしたい人 募集中!
敬老カラオケ大会
日時：9 / 12 (土) 10～
会場：老人福祉センター
対象：門真市民 先着50組
※申込期間 7/14(火)～8/22(土)
但し、申込期間中に定員に達した場合は受付終了いたします
申込：老人福祉センター に直接 (電話申込は不可)
《 8 月 》
パン・クッキーの販売日時
※ただし、なくなり次第終了です
●老人福祉センター
8/27(木) 11:15～12:15
●ふれあいセンター
8/28(金) 11～12

感謝のつどい (センターまつり)
日時：10 / 3 (土) 10～3 会場：ふれあいセンター
●サークルによる舞台発表 ●ネイル・ハンドマッサージ体験
●バルーンアート (風船もらえます) ●福引、ゲームなど
●飲食販売 (パン、飲み物など) ●作品展示
※まつりの内容は変更する場合があります 何卒ご了承ください

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

NEW レディース健康体操
(ふれあいセンター)
7 / 29 (水) 午後 1～
8 / 29 (土) 10～
※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 (ふれあいセンター)
【9月】 9 / 5 (土) 10～
家族はつらいよ 2 (113分)
山田洋次 監督作品
橋爪功 吉行和子 西村雅彦 夏川結衣
中嶋朋子 妻夫木聡 蒼井優 他
定員：約 20名 申込：直接または電話

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) 午後 1～
定員：30名 申込：直接または電話

ネイル (ふれあいセンター) 
ネイル&おしゃべり de リラックス
日時：8/20 (木) 11～

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	各クラス
	クラス②…第3 (木) 10:00～12:00	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	各クラス
	クラス②…第2 (木) 10:00～12:00	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
★只今、秋コースの申込を受付中 申込〆切8/15(土) (講座日程などは、ポスターをご参照ください)		
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
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
モルック ～初心者 大歓迎～	8/18 (火) 10:30～ 11:30	約20名
【映画会】(8月)「湯を沸かすほどの熱い愛」 湯を沸かすほどの母の愛を感じてください！！	8/26 (水) 10～ (125分)	約50名
ネイルカラー・眉体験	8/27 (木) 9:30～	
【みんなでイベント】 歌声喫茶	9/1 (火) 10:00～11:30	約30名
アフタヌーンティー (ごっこ) しませんか？ ～紅茶を飲みながら、ちょこっと食の雑学でも…～	9/8 (火) 午後1:30～3:00 今回のテーマ…「腸活」 おひとり：200円 (参加費を添えて8/31月までに事務所へ)	15名(先着) 8/31月〆切
敬老カラオケ大会	日時：9/12 (土) 10～ 会場：老人福祉センター 只今、参加申込受付中！ 申込期間7/14(火)～8/22(土) 但し、申込期間中に定員に達した場合は受付終了いたします	門真市民 先着50組



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 門真市神町 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/



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)	各クラス
	(火) (木) (土) クラス 10:00～ (約60分)	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	各クラス
	クラス②…第4 (土) 10:00～11:45	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	各クラス
	クラス②…第4 (火) 10:00～11:45	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
歌声喫茶	7/29 (水) 10～	約25名
	8/13 (木) 10～、8/24 (月) 10～	
レディース健康体操	7/29 (水) 午後 1～、8/29 (土) 10～	約20名
【映画会】(8月)「湯を沸かすほどの熱い愛」 湯を沸かすほどの母の愛を感じてください！！	8/1 (土) 10～ (125分)	約20名
<ロビーコンサート> コーラス&ハンドベル演奏会	8/6 (木) 午後 1～	約30名
	出演：香里ヌヴェール学院	
ネイルカラー体験	8/20 (木) 11～	
【映画会】(9月)「家族はつらいよ 2」 山田洋次 監督作品	9/5 (土) 10～ (113分)	約20名
感謝のつどい (センターまつり)	日時：10/3 (土) 10～3 会場：ふれあいセンター ぜひお越しください！	門真市民