

老人福祉センターのお知らせ
☎06-6903-7771

タブレットを使った 健康教室

タブレットを学んで、健康についても学ぼう

【1回目】 10 / 29 (木) 1:30 ～ 3:30
【2回目】 11 / 5 (木) 1:30 ～ 3:30
【3回目】 11 / 19 (木) 1:30 ～ 3:30

※タブレットは貸出します
※スマホ操作がある程度できる方

定員：10名
申込：10/26(月) までに 直接または電話

モルック (老人福祉センター)

11 / 17 (火) 10:30～11:30

※水分補給の飲み物

定員：約 20名～30名
申込：直接 または 電話

感謝のつどい (老福まつり)

日時：11 / 14 (土) 10 ～ 3
会場：老人福祉センター

●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)

※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 (老人福祉センター)

11 / 25 (木) 10～

ホーム・スイートホーム (110分)

元オペラ歌手、山下宏は認知症。部屋でも街でも力の限り歌い徘徊する毎日。困り果てた家族がある決断をする。

神山繁 酒井美紀 小林稔待 風吹ジュン
喜多嶋舞 中村梅雀 笹野高史 他

定員：約 50名 申込：直接または電話

11月～12月のイベント案内

ふるさとの話をしよう会 (老人福祉センター)

11 / 25 (木) 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？

「移動に困ったらこんな方法ありますよ！」 & 「足腰を鍛える体操」

★体験してみよう！★
4点つえ、歩行器、電動カート、電動車いす

定員：約 20名 申込：直接または電話

クリスマス会 (老人福祉センター)

12 / 1 (火) 10～

内容は…お楽しみに！

定員：50名 (先着) 申込：直接または電話

ふれあいセンターのお知らせ
☎072-886-0015

認知症サポーター養成講座 (ふれあいセンター)

11 / 5 (木) 午後 1:30～3:00

20名程度 ※詳しくはチラシをご覧ください

共催：東校区福祉委員会 申込・問合：社会福祉協議会
☎ 06-6902-6453 FAX 06-6904-1456

レディース健康体操 (ふれあい)

11 / 9 (月) 午後 1:30～
11 / 26 (木) 午後 1:30～

※水分補給の飲み物

定員：約 20名 申込：直接または電話

門真警察署 生活安全課による
特殊詐欺対策アプリ登録教室 (ふれあいセンター)

11/12 (木) または 11/13 (金)

いずれも11:00～ (いずれかで申込)

持ち物：ご自身のスマホ

定員：各日 約15名 申込：直接または電話

映画会 (ふれあいセンター)

【11月】 11 / 7 (土) 10～

マエストロ！ (129分)

松坂桃李 miwa 西田敏行 濱田マリ
中村倫也 松重豊 中村ゆり 他

定員：約 20名 申込：直接または電話

【12月】 12 / 5 (土) 10～

ホーム・スイートホーム (110分)

神山繁 酒井美紀 小林稔待 風吹ジュン
喜多嶋舞 中村梅雀 笹野高史 他

定員：約 20名 申込：直接または電話

ネイル体験 (ふれあい)

11 / 19 (木) 11～

東小学校との交流会 (ふれあい)

11 / 25 (水) 11～12

クリスマス 歌声喫茶 (ふれあい)

12 / 10 (木) 10～

定員：30名 (先着) 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…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	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
タブレットを使った健康教室	10/29 (木)、11/5 (木)、11/19 (木) いずれも午後1:30～3:30 (3回コース)	先着10名
感謝のつどい (老福まつり)	11/14 (土) 10～3 会場：老人福祉センター ぜひお越しください！	
ネイル・ハンドマッサージ体験	11/14 (土) 老福まつり でやるよ！ みんなきてね！	
モルック ～初心者 大歓迎～	11/17 (火) 10:30～ 11:30	約20名 ～30名
【映画会】(11月) 「ホーム・スイートホーム」	11/25 (水) 10～ (110分)	約50名
ふるさとの話をしよう会	11/25 (水) 午後 1:15～2:45 「移動に困ったらこんな方法ありますよ」 体験してみよう：4点つえ、歩行器、電動カート、電動車いす & 「足腰を鍛える体操」	約20名
クリスマス会	12/1 (火) 10～ ★内容はお楽しみに★	50名

《11月》パン・クッキーの販売
※ただし、なくなり次第終了します

●老人福祉センター
11/20 (金) 11:15～12:15

●ふれあいセンター
11/19 (木) 11～12

施設 (3施設) 利用アンケート
実施期間：11/2～11/30

共通のお知らせ

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/

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
認知症サポーター養成講座	11/5 (木) 午後1:30～ (詳しくはチラシをみてね) 共催：東校区福祉委員会 申込・問合：社会福祉協議会	20名程度		
【映画会】(11月) 「マエストロ！」	11/7 (土) 10～ (129分)	約20名		
レディース健康体操	11/9 (月)、11/26 (木) いずれも午後1:30～	約20名		
歌声喫茶	11/12 (木) 10～、11/26 (木) 10～	約25名		
門真警察署 生活安全課による 特殊詐欺対策アプリ登録教室	持ち物：ご自身のスマホ 11/12 (木) 11～ 11/13 (金) 11～	いずれかの日 で申し込め	各日	約15名
ネイル体験	11/19 (木) 11～			
東小学校との交流会	11/25 (水) 11～12			
【映画会】(12月) 「ホーム・スイートホーム」	12/5 (土) 10～ (110分)	約20名		
クリスマス 歌声喫茶	12/10 (木) 10:00～ 今年も「歌声喫茶」で楽しみましょう	30名		