

センター行事の名場面



8/24 やってみよう！3B体操

3B体操の道具(ベル)を使って、音楽に合わせて体操をしました♪



8/29 健康づくり講習会

野菜には、身体の調子を整える大切な栄養素が含まれていて、色々な野菜を食べることが大事であることを学びました。



イス片足起き上がり

8/30 チャレンジ 体力測定会

大正スポーツセンターの健康運動指導士さんによる、体力測定を行いました。



踏み台昇降



9/11 高齢者のための 楽しい音楽療法

なつメロ・童謡などの歌詞を変えて歌ったり、身体をほぐしたりして皆さん楽しく歌うことができました。



9/19 レントゲン撮影&講話

保健師さんより結核についてのお話を聞いて 問診・胸部レントゲン撮影を受けました。

老人福祉センターの『ちょっと役立つサービス』あれこれ

【車いすの短期貸し出し】

区内にお住まいで60歳以上の方を対象に、1ヶ月以内を目途に貸し出します。
(手押し車もあります)

【図書の貸し出し】

常時貸し出し中。もちろん館内での閲覧も可。



大正俳句会講師
富田栄子選

台風や
幼きを
あやす
園の
声
かざこ

今月の俳句

折り紙サークル & 絵手紙サークル 会員募集！

折り紙を折ったり、絵を描いたりして、頭も指先も動かすと脳の活性化につながりますよ。

芸術の秋！おしゃべりしながら楽しい交流を始めませんか？
興味のある方は、一度見学にお越しください。

《活動日》

折り紙サークル 第1金曜 13:30～
絵手紙サークル 第3木曜 10:00～



【区老連通信】

★区老連ウォーキング
10/13・27(土) 9:00～
大正区役所前
噴水広場集合



★区老連手芸教室
10/3(水) 13:00～ 会議室②
10/18(木) 13:00～ 会議室②
区民まつり準備

★区老連コーラス
10/26(金)午後ふれあい文化祭出演

★区老連ディスコン
10/4・11・18(木)10:00～
多目的ホール

★ボウリング同好会
10/5(金)午前10:00～12:00頃

★区老連会長会議
10/12(金)13:30～ 会議室②

◎区民まつり/区老連手芸・バザー
10/21(日)午前9:00～午後4:00

一年間かけての手作り手芸品を区老連手芸が心を込めて作っています。
ぜひ、見に来てください。

生きがいと健康づくり・仲間づくりを応援する

《大正区老人福祉センターのご案内》

市内在住の60歳以上の方に健康で楽しい生活をしていただくことを目的として、各種の相談に応じたり、健康の増進や教養の向上、自主活動への支援、レクリエーションなどの事業を行っています。

★所在地 大正区泉尾3-9-16

最寄り駅：市バス「永楽橋筋」

★電話 6554-5330 FAX 6554-5367

★利用時間 月曜～土曜の午前10時～午後5時

