

令和4年  
3月号



# 福祉センターだより



摂津市立  
身体障害者・老人福祉センター  
☎566-0062  
摂津市鳥飼上5-2-8  
☎072-653-1212

## 今月のつどい場

3/2 (水) 10:00~12:00  
カラオケ教室コラボ

3/9 (水) 10:00~12:00  
ふれあいの里運動会

3/16(水) 10:00~12:00  
カラオケ教室コラボ

3/23(水) 10:00~12:00  
リングのストラップを作ろう★



3/30(水) 10:00~12:00  
いかだ舟下りを折ろう!



## ★お知らせ★

令和4年度のいきいきカレッジは  
8月開講となります。  
詳細につきましては6月下旬頃  
お知らせ致します。



収集にご協力ありがとうございます!

★2月分の缶(アルミ・スチール)等の売り上げは **2,590円**でした。  
※ひびきはばたき園では牛乳パックや小型家電の回収も行っております。



## スマホ講座★

初めてのスマホ講座を開催します!  
5月・7月・10月・1月の4回、定員は5~6人を  
予定しております。たくさんの方に受講して頂く  
ために参加は1人1回限りとさせていただきます。  
(※定員を超えた場合は抽選)  
詳細につきましては後日お知らせ致します★

### 日程

第1回目 5月 13日・20日・27日(各金曜日)  
第2回目 7月 8日・15日・22日(各金曜日)  
第3回目 10月 11日・18日・25日(各月曜日)  
第4回目 1月 12日・19日・26日(各木曜日)



## つどい場

日時 毎週水曜日 10:00~12:00

対象者 市内在住の60歳以上の方であれば  
どなたでも参加可能

内容 第1週 カラオケ教室とコラボ・体操  
第2週 スポーツ・ゲーム・体操  
第3週 カラオケ教室コラボ・体操  
第4・5週 折り紙製作・手芸・体操  
※第2・4・5週はカラオケもできます♪



参加費 100円(お茶・お菓子代として)  
※カラオケ教室にご登録の方につきましては  
年間2,000円頂いておりますので  
第1・3週に関しては無料です。

# 初心者のための 1回目♪ パソコン講座

5月17日(火)より毎週火曜日【全10回】  
10:10~12:10

●5月 17日・24日・31日  
●6月 7日・14日・21日・28日  
●7月 5日・12日・19日

講師 平塚 富美子 先生

対象者 市内在住の60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方

定員 5名

参加費 3,000円程度 (テキスト代等)

お申込 5月6日(金)10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付

★2回目は令和5年1月に予定★



# カラオケ教室

日時 4月6日~翌年3月15日まで  
基本第1・3水曜日  
【午前クラス】10:00~12:00  
【午後クラス】12:45~14:45

※午前・午後どちらかのクラスをお選びください

対象者 市内在住の60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方



内容 課題曲(各クラスが選曲)の練習・発表

参加費 年間2,000円



お申込 4月1日(金)10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付

★感染防止対策としてマイク・部屋の消毒、  
換気に加え、歌う部屋と聴く部屋を分けて  
テレビモニターでお互いの様子が鑑賞でき  
るようになっています!

# 男性のための体操教室

5月12日より基本第2・4木曜日【全20回】  
10:30~11:30 (5月12日のみ10:15~)

講師 上 真理子 先生

木曜日クラス

対象者 市内在住の男性で60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方

定員 先着10名(新規優先)

参加費 年間2,000円

持ち物 飲み物・タオル・動きやすい服装

お申込 4月1日(金)10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付



# 男性のための筋トレ & ストレッチ教室

5月21日より基本第1・3土曜日【全20回】  
9:10~10:30 (5月21日のみ9:00~)

講師 上村 輝美 先生

土曜日クラス

対象者 市内在住の男性で60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方

定員 先着10名(新規優先)

参加費 年間2,000円

持ち物 飲み物・タオル・動きやすい服装

お申込 4月1日(金)10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付



# 健康体操 新規クラス

4月14日より基本第2・4木曜日【22回】  
12:45～13:45（4月14日のみ12:15～）

講師 上 真理子 先生

対象者 市内在住の60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方  
(男性の方も★)

定員 10名（新規の方対象）

参加費 年間2,000円

持ち物 飲み物・タオル・動きやすい服装

お申込 4月1日（金）10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付



こんな感じで  
お願いします！！



## ～センターをご利用の皆様へご協力をお願い～

### ●お車での来館について

- ①駐車スペースに限りがございますので、  
車が多い日はセンターの建物に沿って斜めに駐車して下さい。
- ②必ず受付にお声掛けの上、お車の鍵は事務所へお預け下さい。
- ③職員がお車を移動する場合がございます。  
また、里内での事故につきましては責任を負いかねますのでご了承下さい。

- いきいきカレッジ受講生の方につきましては、お車での来館はご遠慮下さい。
- 自転車でお来館の方は、センター玄関横の駐輪スペースをご利用下さい。

★来館時、利用許可証のご提示は不要です。（コロナウイルス感染防止のため）

★入り口で必ず検温、手指消毒をお願いします。

★ご利用後は必ず消毒・清掃・エアコンや照明のOFF等をお願いします。

※ご利用後の清掃を含めた片付けがなされていない事が続いた場合は  
貸館をお断りする場合がございます。

★ゴミの持ち帰りにご協力下さい。

★飲食・飲酒を伴う利用につきましては、当面の間控えて頂くようお願いします。

★開館時間は8時45分となっておりますが、感染防止対策の準備等に時間を要しますので  
9時頃を目途に来館して頂きますようご協力をお願いします。





# 3月の予定表



休館日の お知らせ	日	曜	主 催 事 業	同 好 会
6日・13日・20日	1日	火	初心者のためのパソコン講座⑦	パソコンなでしこ いきいきふれあいの会 陶芸①
21日・27日	2日	水	カラオケ①&つどい場 カラオケ②	陶芸②
主催事業の お知らせ	3日	木		健康体操A 健康体操C 健康体操D 陶芸①
カラオケ教室①&つどい場	4日	金		太極拳
2日・16日	5日	土	男性のための筋トレ&ストレッチ教室	陶芸②
つどい場	6日	日		
9日・23日・30日	7日	月	手芸ボランティア	え~やろ仲良会② 陶芸②
カラオケ教室②	8日	火	初心者のためのパソコン講座⑧	書道 パソコン44会 いきいきふれあいの会 陶芸①
2日・16日	9日	水	つどい場	パソコン同好会 陶芸②
健康体操(新規)	10日	木	男性のための体操教室・健康体操(新規)	健康体操B 陶芸①
10日・24日・31日	11日	金		太極拳
男性のための筋トレ& ストレッチ教室	12日	土		陶芸②
5日・19日	13日	日		
男性のための体操教室	14日	月	手芸ボランティア	え~やろ仲良会① 陶芸②
10日・24日	15日	火	初心者のためのパソコン講座⑨	え~やろ仲良会② パソコンなでしこ いきいきふれあいの会 陶芸①
貸館のお知らせ	16日	水	カラオケ①&つどい場 カラオケ②	陶芸②
46期パソコン科OB	17日	木		健康体操A 健康体操C 健康体操D 陶芸①
9日・23日	18日	金		太極拳
48期パソコン科OB	19日	土	男性のための筋トレ&ストレッチ教室	陶芸②
8日・22日	20日	日		
パソコンあじさい	21日	月	春分の日	
10日・24日	22日	火	初心者のためのパソコン講座⑩	書道 パソコン44会 いきいきふれあいの会 陶芸①
ひびきはばたき園	23日	水	つどい場	パソコン同好会 陶芸②
25日・26日・28日	24日	木	男性のための体操教室・健康体操(新規)	健康体操B 陶芸①
	25日	金		太極拳
	26日	土		陶芸②
	27日	日		
	28日	月		え~やろ仲良会① 陶芸②
	29日	火		陶芸①
	30日	水	つどい場	陶芸②
	31日	木	健康体操(新規)	健康体操B 陶芸①



共に歩もう！！ 笑顔で 元気で 協働で