



# 福祉センターだより

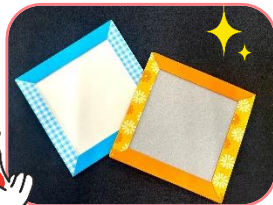


摂津市立  
身体障害者・老人福祉センター  
〒566-0062  
摂津市鳥飼上5-2-8  
☎072-653-1212

## 今月のつどい場

- 3/6 (水) 10:00~12:00  
カラオケ教室コラボ
- 3/13(水) 10:00~12:00  
カラオケ教室コラボ
- 3/20(水) ※お休みです (春分の日)
- 3/27(水) 10:00~12:00  
折り紙でフレームを作ろう★

### 多世代交流会 コラボ



児童センター、みきの路、  
老人福祉センターの3施設をオンラインで  
繋ぎみんなでクラフトを楽しみましょう！



## 老人福祉センター

### ★公式LINE★



老人福祉センター公式ラインの  
登録はお済ですか？  
ホームページ更新情報、講座の募集  
お知らせなどを配信しています！  
登録がまだの方はQRコードを  
読み込んで下さい★



## カラオケ教室

日時 4月3日～翌年3月19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】 12:45~13:45  
※どちらかのクラスをお選び下さい

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(各クラスで選曲)の練習・発表

参加費 年間2,000円

お申込 4月1日(月)10時より  
当センター窓口  
又はお電話にて受付



## ★お知らせ★


令和6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  
お知らせ致します。

★2月分の缶(アルミ・スチール)等の売り上げは 3,511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。

収集にご協力  
ありがとうございます！

## 男性のための体操教室

5月23日より基本第2・4木曜日【20回】  
10:30～11:30(5月23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60歳以上の方  
及び身体に障がいのある方

定員 先着10名

参加費 年間2,000円(初年度1年間のみ)


持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

お申込 4月1日(月)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18日より基本第1・3土曜日【20回】  
9:00～10:20(5月18日のみ8:50～)

講師 上村 輝美 先生  **土曜日クラス**

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 先着10名

参加費 年間2,000円(初年度1年間のみ)


持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

お申込 4月1日(月)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11日より基本第2・4木曜日【23回】  
12:45～13:45(4月11日のみ12:30～)

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  
★男性の方も大歓迎★

定員 先着10名

参加費 年間2,000円(初年度1年間のみ)

持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

お申込 4月1日(月)10時より  
当センター窓口、又はお電話にて受付



## つどい場



日時 毎週水曜日10:00～12:00

対象者 市内在住の60歳以上の方なら  
どなたでも参加可能!

内容

- ◎第1週 カラオケ教室とのコラボ・体操
- ◎第2週 軽スポーツ・ゲーム・体操
- ◎第3週 カラオケ教室とのコラボ・体操
- ◎第4・5週 クラフト・手芸・体操
- ※第2・4・5週はカラオケもできます♪

参加費 100円(コーヒー・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円を頂いておりますので  
第1・3週に関しては無料です♪



# スマホ講座

毎回大好評のスマホ講座の開催を来年度も予定しております！たくさんの方に受講して頂けるように新規の方を優先させて頂きますが、定員に満たない場合は再受講可能です◎

(※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★



講師 山本 聖也 先生 😊



日程

第1回 5月 7日・14日・21日 (各火曜日・午後)

第2回 7月 5日・12日・19日 (各金曜日・午前)

第3回 10月 3日・10日・17日 (各木曜日・午前)

第4回 1月 17日・24日・31日 (各金曜日・午後)

第5回 3月 8日・15日・22日 (各土曜日・午前)



年4回実施していましたスマホ講座ですが令和6年度は年5回実施します！初めての土曜日講座も開催★

## マスク着用について

昨年3月に「マスク着用は個人の判断に委ねられ」、5月ゴールデンウィーク明けから「新型コロナウイルスは、感染症法上季節性インフルエンザと同様の5類に位置づけ」られました。しかし、当センターは60歳以上の方・身体障がい者の方が利用対象者であり、様々な感染症感染時の重症化リスクが高いとされる方々の利用施設ですので、ご自身を感染から守る・周囲の方に感染を広げない意味でも、引き続きマスク着用のご協力をお願い致します。

※厚労省からも、「密集・密接時にはマスク着用が効果的であると推薦」されています。



## ★センターをご利用の皆様へご協力とお願い★

### ◎お車での来館について

①駐車スペースには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お車の鍵は事務所へお預け下さい。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。

★自転車で来館の方は、センター玄関横の駐輪スペースをご利用下さい。  
★来館時、利用許可証の提示は不要です。(感染防止対策として)  
★マスク着用、玄関でのアルコール手指消毒にご協力をお願いします。  
★ご利用後は必ず消毒、清掃、戸締り、エアコンや照明のOFF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今後のご利用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。

★開館時間は8時45分となっておりますので、早すぎる時間の来館はご遠慮下さい。





# 3月の予定表

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



共に歩もう！！ 笑顔で 元気で 協働で