

各施設からのお知らせ



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/



老人福祉センターのお知らせ ☎06-6903-7771

<みんなでイベント> (老人福祉センター)

【5月】5/7(火) 10:00~
歌声喫茶

【6月】6/4(火) 午後2:00~
健康リズム体操 (大阪ガス健康講座)

参加：無料
定員：50名 (先着順)
申込：直接窓口または電話



焼きドーナツ (プレーン)
120円
老人福祉センターにて
販売しています!



映画会 (老人福祉センター)

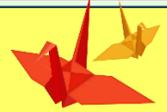
にちにちこれこうじつ
題名：日日是好日 (100分)
黒木華 樹木希林 多部未華子 他
5/22(水) 10:00~
定員：30名 (先着順)
申込：直接窓口または電話

作品展示 (老人福祉センター)

5/17(金)~5/31(金) 日祝除く
9:30~4:00 (予定)
今年度も作品展示をします
ぜひ観に来て下さいね
書道・パッチワーク
折り紙、手編み、はがき絵
工芸品、写真などなど

<つるつるカムカム> 始めました

①折り鶴で認知症予防と介護予防
指先を使って脳を活性化 折り鶴以外の活動やおしゃべり等をしてOK
②2025年 大阪万博に向けて 折り鶴づくりに参加しませんか
毎週(火) 10:30~1:30 1F和室にて
どの時間でも、お1人でも、お気軽に参加してね (事務局にお声かけ下さい)



共通イベント

《パン・クッキーの販売》

【老人福祉センター・ふれあいセンター】にて
障がい福祉サービス事業所『障セ・ウィタン』の出張販売
月に1回程度の販売です お風やおやつにいかがですか

《5月の販売日時》

老人福祉センター…5/24(金)12:30~13:30
ふれあいセンター…5/23(木)11:00~12:00



春先の旬の食べ物「アスパラガス」

お知り合いからアスパラガスをいただきました
早速、料理レシピを検索! 「レンジで簡単♪」という素敵な
タイトルに惹かれ、レシピ通りにいそいそと作り、大変美味
しくいただきました
今までアスパラガスとはご縁のなかった私!
あなたはとっても美味しいお方 (食材) だったのね
最近ではスマホで検索して、様々なレシピがわかる時代
今後はご縁のない食材でもどんどご縁を作っていきたいと
おもいます!



ふれあいセンターのお知らせ ☎072-886-0015

映画会 (ふれあいセンター)

題名：遙かなる山の呼び声 (124分)
高倉健 倍賞千恵子 吉岡秀隆 他
5/30(木) 10:00~
定員：20名 (先着順)
申込：直接窓口または電話

カラオケ開放日 始めました ※スケジュール表参照
フィットネスルームが開いている日を活用
お二人以上でご利用いただけます
事務所までお申し込みください

図書貸し出し 始めました

お一人1冊 10日間まで
ヘルストロン横、スカットボールを置いて
いるスペースに本棚を設置しました



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	備考
新規 ビンポン (卓球卓コサークル)	毎日 初心者歓迎 ※初参加の方は、事務所でメンバー登録してね	交代制	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料、運動用上履き
頭の体操+ロコモ体操+百歳体操	毎週 (木) 9:30~ (約60分)	20名	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料、タオル
【4月スタート講座】 やさしい大人のぬり絵教室	クラス①…第2 (月) 10:00~12:00 クラス②…偶数月：第3 (木) 10:00~12:00 奇数月：第3 (金) 10:00~12:00	各クラス 20名	参加費：600円 (年) 持ち物：色鉛筆、消しゴム
映画会 「日日是好日」	5/22 (水) 10:00~ (100分)	30名	参加費：無料 出演：黒木華 樹木希林 多部未華子 他
【4月スタート講座】 写経・写仏教室	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 20名	参加費：500円 (年) 持ち物：(写経)写経用紙、筆ペン又は鉛筆、消しゴム (写仏)半紙、鉛筆、消しゴム
【4月スタート講座】 みんなで楽しく脳トレ教室	第2・第4 (火) 10:00~11:30 7回コース 4/9・23、5/14・28、6/11・25、7/9	20名	参加費：無料 持ち物：筆記具、水分補給用飲料
ネイルカラー・肩体験	毎月 1回 不定期 5/31 (金) 9:30~12:30	10名	参加費：無料
はつらつ体操	毎月 第2 (木)・第4 (木) 10:30~	30名	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料、タオル
みんなでイベント	【5月】歌声喫茶…5/7 (火) 10:00~ 【6月】健康リズム体操 (大阪ガス健康講座) …6/4 (火) 午後2:00~3:30	50名	参加費：無料
タブレットを使った健康教室	(木) 午後1:30~3:30 5回コース 5/9・16・23・30、6/6	10名	参加費：無料 持ち物：筆記具、水分補給用飲料
新規 バンパー チャレンジデー	5/9 (木) 9:30~12:30 (予定) ※10分程度、スタッフと一緒にチャレンジしよう!	交代制	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料

行事予定のご案内 2024年5月~



BACK TO SCHOOL



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	備考
ビンポン教室	平日毎日 午前・午後クラス 初心者歓迎	交代制	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料、運動用上履き
百歳体操+いきいき体操+ロコモ体操	毎週 (火) (木) (土) 10:00~ (約50分) 毎週2回から3回になりました	各20名	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料、タオル
女性のための初心者麻雀教室	毎週 (月) (水) (金) 午後1:30~3:30	16名	参加費：無料 持ち物：マスク
【4月スタート講座】 やさしい大人のぬり絵教室	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	参加費：600円 (年) 持ち物：色鉛筆、消しゴム
映画会 「遙かなる山の呼び声」	5/30 (木) 10:00~ (124分)	20名	参加費：無料 出演：高倉健 倍賞千恵子 吉岡秀隆 他
【4月スタート講座】 写経・写仏教室	クラス①…第1 (木) 10:00~11:45 クラス②…第4 (木) 10:00~11:45	各クラス 20名	参加費：500円 (年) 持ち物：(写経)写経用紙、筆ペン又は鉛筆、消しゴム (写仏)半紙、鉛筆、消しゴム
【4月スタート講座】 みんなで楽しく脳トレ教室	第2・第4 (月) 10:00~11:30 7回コース 4/8・22、5/13・27、6/10・24、7/8	20名	参加費：無料 持ち物：筆記具、水分補給用飲料
ネイルカラー体験	ネイルカラー体験・フロアーダンス教室は、2023年12月をもって終了いたしました。 たくさんの皆様にご参加いただきありがとうございました。		
フロアーダンス教室	4/30 (火) 10:00~ 5/9 (木) 10:00~ 5/29 (水) 10:00~ 6/13 (木) 10:00~、6/29 (土) 10:00~	25名	参加費：無料 持ち物：水分補給用飲料

