

# 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

## 予告 感謝のつどい (老人福祉センター)

日時: 11/15(土) 10時~3時  
会場: 老人福祉センター (御堂町12-5)

駐車場には限りがございます。  
出来るだけ徒歩自転車にてお越しください。

- 舞台発表 ●お楽しみ 福引抽選
- ゲーム等 ●ネイル・ハンドマッサージ体験
- バルーンアート ●パン販売【障セ・ウィタンのパン】

※老人福祉センターでの作品展示はありません

※まつりの内容は変更する場合があります

ふれあいセンターのお知らせ ☎072-886-0015

## 感謝のつどい (ふれあいセンター)

日時: 10/4(土) 10時~3時  
会場: 高齢者ふれあいセンター (岸和田3-44-11)

駐車場には限りがございます。  
出来るだけ徒歩自転車にてお越しください。

- ステージ部門  
サークルによる舞台発表

- ロビー部門  
作品展示 ※作品展示はふれあいセンターのみ実施します

お楽しみ 福引抽選 (今年は生活応援品!)

輪投げ、スカットボール

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)

- ★パン販売 (11時30分~売り切れ御免)

パン【障セ・ウィタンのパン】

※まつりの内容は変更する場合があります

のお知らせ

センターまつり

老人福祉センター その他のイベント こちらもぜひご参加ください!

【9月】9/2(火) 10~11:30 歌声喫茶

定員: 約 50名 (先着) 申込: 直接または電話

【10月】10/7(火) 午後2~3:30

<大阪ガス 健康のつどい>

流行り歌 (はやりうた) ピクス

★演歌や懐かしい曲に合わせて有酸素運動!

※水分補給の飲み物

※すべらない「上靴」を必ずご持参ください

上靴 (例)



定員: 約 50名 (先着) 申込: 直接または電話

## 敬老カラオケ大会

日時: 9/27(土) 10~

会場: 老人福祉センター  
大集会室

みんな見に来てや~!



## 映画会 (老人福祉センター)

【9月】9/24(水) 10~

武士の家計簿 (129分)

堺雅人 仲間由紀恵 松坂慶子 西村雅彦  
草笛光子 中村雅俊 宮川一朗太 他

定員: 約 50名 (先着順)

申込: 直接または電話

## ふるさとの話をしよう会 (老人福祉センター)

9/24(水) 午後 1~3:15

◆ひと時を楽しみましょう

定員: 30名 (先着)

参加: 無料...今回、お菓子はありませぬ

※飲み物は各自持ってきてね

申込: 9/17(水)までに 直接または電話

ふれあいセンター その他のイベント こちらもぜひ!

## 映画会 (ふれあいセンター)

【9月】9/6(土) 10~

ALWAYS 続・三丁目の夕日 (146分)

吉岡秀隆 堤真一 小雪 堀北真希 三浦友和 薬師丸ひろ子  
温水洋一 小日向文世 渡辺いっけい 上川隆也 他

定員: 約 20名 (先着) 申込: 直接または電話

## 共通のおしらせ

《9月のパン・クッキーの販売日時》  
※ただし、なくなり次第終了します

●老人福祉センター...9/25(木)11:15~12:15

●ふれあいセンター...9/26(金)11:00~12:00

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...偶数月: 第3 (木) 10:00~12:00 奇数月: 第3 (金) 10:00~12:00	各クラス 30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 30名
はつらつ体操	第2・第4 (木) 10:30~11:30	約30名
映画会 「武士の家計簿」	9/24 (水) 10:00~ (129分)	約50名
みんなでイベント	【9月】... 9/2 (火) 10:00~11:30 歌声喫茶	約50名
みんなでイベント <大阪ガス 健康のつどい>	【10月】... 10/7 (火) 午後2:00~3:30 流行り歌 (はやりうた) ピクス ★演歌や懐かしい曲に合わせて有酸素運動! 【注意】すべらない「上靴」を必ずご持参ください!	約50名
ネイルカラー・肩体験	9/25 (木) 9:30~12:30	
ふるさとの話をしよう会	9/24 (水) 午後 1:00~3:15 参加費: 無料...今回からお菓子はありませぬ ※飲み物は各自持ってきてね	約30名
敬老カラオケ大会	9/27 (土) 10:00~ みんな見に来てや~!	
【予告】 タブレットを使った 健康教室	10/16・23・30、11/6 いずれも (木) 午後 1:30~3:30 計4回	10名
【予告】 感謝のつどい (センターまつり)	11/15 (土) 10:00~午後3:00 (予定) ※老人福祉センターの感謝のつどいは11/15に実施予定	

<健康クイズ> 免疫力を上げるのに効果があるのはどれでしょう?

①朝早く起きる ②水をよく飲む ③作り笑いをする ※答えは下

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
映画会 (9月) 「ALWAYS 続・三丁目の夕日」	9/6 (土) 10:00~ (146分)	約20名
映画会 (10月)	10月映画会はお休みです <m(_)_m>	約20名
歌声喫茶	9/11 (木) 10~ 10/9 (木) 10~、10/30 (木) 10~	約25名
感謝のつどい (センターまつり)	10/4 (土) 10:00~午後3:00 (予定) ※詳しくは、ポスターにてお知らせします	

答え ③作り笑いをする

作り笑いをすることで、がん細胞やウイルスを死滅させるNK細胞の活動が活発になるそうです。