

北区の各老人福祉センター

地域の高齢者に対して各種の相談に応じるとともに、生きがいづくりの活動拠点としていろいろな講座や行事、健康づくりの企画やサークル活動への支援と仲間づくり等の活動をおこなう場所です。

利用時間 月曜日～土曜日 午前10時から午後5時(祝日・年末年始は除く)

対象 大阪市在住の60歳以上の方 ※ご利用いただくためには、利用証が必要です。

あなたの
携帯電話やパソコンに
センターのお知らせが届く、
モバイルおおよど会員募集中!!
(登録料・情報料は無料)
詳しくは
お問い合わせください。

北区北老人福祉センター

事業内容 サークル活動(下記の活動紹介をご覧ください)／主催事業(お花見、歴史散歩、バスツアー、各種講習会等)／日常活動(囲碁、将棋、パンパー)／いきいき百歳体操(毎週火曜12:30～)／世代間交流事業(作品展、クリスマス会、もちつき大会等)／サークル発表会／車椅子の貸出

《サークル紹介》ご希望の方は事前にご連絡ください。

サークル名	実施日	時間	サークル名	実施日	時間
琴	毎週 木	10:00～12:00	太極北斗の星	毎週 木	10:00～12:00
詩吟	第1～3 木	13:30～15:30	太極北斗の剣	第2～5 金	10:00～12:00
書道A	第2・4 火	13:00～14:30	春麗句会	第2 水	14:00～16:00
書道B		14:45～16:15	山水句会	第3 水	14:00～16:00
コーラス	第1・3 月	10:30～12:00	手芸	第1・3 木	14:00～16:00
民謡	第1・2火 初級 第3・4火 上級	13:00～15:00	民謡	第1・3・4・5 水	10:00～12:00
			南京玉すだれ	第2 水	10:00～12:00
社交ダンス	第2・4 月	13:00～15:00	レク五反田	第1 金	10:00～12:00
パーティダンス	第1・3 火	13:00～15:00	第2金・第4木	13:00～15:30	
カラオケ	第1・3 土	10:00～12:00	レクダンス	第1・3・5 月	13:00～15:30
卓球	毎週 火	10:00～12:00	第2・4 月	10:00～12:00	
	毎週 土	13:00～15:00	新舞踊	毎週 金	10:00～12:00
囲碁勉強会	毎週 火	10:00～12:00	オカリナ	第1・3 月	13:00～15:30
歌体操	第1 水	14:00～16:00	ストレッチ	第1・3 水	10:30～11:30
	第3 木	10:30～12:00	マジック	第1 金	13:00～16:00
いけばな	第1・3 金	13:30～16:00	ハンドベル	第2 月	13:30～15:30
茶道	第2・4 金	10:00～12:00	ヨガ I	第2・4 水	10:00～11:00
		13:00～16:00	ヨガ II		11:30～12:30
健康太極拳	毎週 水	10:00～12:00			
第1 土					

問合せ <大阪市立北区北老人福祉センター>

〒530-0035 大阪市北区同心1-5-27
☎06-6352-7025 ☎06-6352-7062

北区大淀老人福祉センター

事業内容 サークル活動(下記の活動紹介をご覧ください)／主催事業(歩こう会、社会見学、健康セミナー、バスツアー、各種講習等)／日常活動(囲碁、将棋、パンパー)／ラジオ体操(月～土9:30～)／百歳体操(月曜12:15～)／世代間交流事業(おもちゃ病院、クリスマス会、スプリング祭り等)／車椅子の貸出／隔月に誕生日会／毎月2回カフェおおよど

《サークル紹介》ご希望の方は事前にご連絡ください。

サークル名	実施日	時間	サークル名	実施日	時間
書道	第1・2 月	10:00～11:30	ヨガ	第1・3 水	14:00～15:00
オカリナ	毎週 月	10:00～12:00	大正琴	第1～4 水	13:30～15:00
ダンス	毎週 月	12:15～14:15	絵手紙	第1 木	10:00～12:00
百歳体操	毎週 月	12:15～12:45	俳句	第1・3 木	10:00～12:00
カラオケA	第1・2 月	13:30～15:30	あみもの	第2・4 木	10:00～12:00
カラオケB	第3・4 月	13:30～15:30	詩吟	第1・3 木	13:30～15:00
卓球	毎週 月	14:15～16:30	懐メロ	第1・2 木	13:30～15:30
ちぎり絵	第3 火	10:00～12:00	あみもの	第1・3 金	13:30～15:30
歌声	第1・3 火	10:00～11:30	ペン字	第1・3 金	13:30～15:00
パッチワーク	第2・4 火	10:00～12:00	太極拳	第1・3 金	10:00～11:30
民謡	第1～4 火	13:30～15:00	謡曲	毎週 土	10:00～12:00
歌体操	第1・3 水	10:00～11:30	茶道	第2・4 土	10:30～12:00
太極拳	第2・4 水	10:00～11:30	民謡	第1～4 土	13:30～15:00
手話	第1～4 水	10:00～11:30	にがおい	第2・4 土	10:00～12:00
大人のぬりえ	第1・3 水	10:00～12:00	折り紙	第1 木	13:30～15:30

問合せ <大阪市立北区大淀老人福祉センター>

〒531-0074 大阪市北区本庄東1-24-11
☎06-6374-0873 ☎06-6374-0815

北区子ども・子育てプラザ

★親子で自由にあそぶ場所を開放しています ★講座・イベントを実施しています

子育てトークン ～イヤイヤ期をのりきろう～

参加費
無料

第1次反抗期(イヤイヤ期)についての講義とグループトークです。
同じ時期の子どもをもつ親同士でお話しましょう。

日時 平成25年2月26日(火) 午前10時30分～午前11時45分

場所 2階 和室

講師 北区保健福祉センター 保健師

対象 2歳ごろの幼児と保護者(一時保育あり)

申込日 平成25年2月13日(水) 午前10時から来所にて受付

子育て講座 わらべうた遊び

参加費
無料

場所を選ばずできるふれあい遊びとしておすすめの「わらべうた」。
くりかえし歌っておぼえよう。

日時 平成25年3月5日(火) 午前10時30分～午前11時30分

場所 1階 軽運動室

講師 堀 由美子先生

対象 6ヶ月以上4歳未満の乳幼児と保護者

申込期間 平成25年2月19日(火)

午前10時から来所にて受付



問合せ <北区子ども・子育てプラザ>

〒531-0074 北区本庄東1-24-11(大淀老人福祉センター併設) ☎/☎06-6374-0870

北区ボランティアビューロー

団塊世代企画委員会メンバーが中心となり企画した講座を24年9月29日、10月27日、12月1日と3回にわたり開催しました。

1講目は介護保険制度についての基本を、2講目は住みなれた自宅で自分らしく生活するために在宅での利用できるサービスや認知症について、3講目は施設の種類やその役割、利用できるサービスについてなどを、講師の方々からクイズを交えながら、分かりやすく、そして楽しく熱意を込めて講義していただきました。

「具体的な事例を示しての説明でとても分かりやすかった」「資料だけでは、なかなか理解しにくかったが、講座に参加してよく分かった」「実生活に役に立つ講座を企画してほしい」などのご意見ご感想をいただきました。

今後も「誰でもわかる・役に立つ」講座を企画していきますので皆さまのご参加をお待ちしています。



「ボランティアカフェ」のお知らせ

平成25年
2月26日(火)・27日(水)

午前10時30分～午後3時
北区役所 1階 区民交流プラザ

- ★ボランティアに関する相談
- ★集めています!
- ペットボトルのキャップ
- 缶飲料のプルトップ
- 未使用・使用済の切手
- 書き損じのはがき
- ★プチイベント
- なにがあるのかな?
- お楽しみに!

問合せ <北区ボランティアビューロー>

〒530-0026 大阪市北区神山町15-11 ☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921

北区社協だよりは、新聞(朝日・毎日・読売・産経・大阪日日新聞)朝刊に折り込みでお届けしています。左記の新聞を購読されていない方で送付を希望の場合は、お申し出ください。 申込先:06-6313-5566