

令和6年
3月

東大阪市立 **長瀬老人センターだより**

東大阪市長瀬町2-11-19 ☎：(06) 6720 - 5653 FAX：(06) 6724 - 9869

<https://www.city.higashiosaka.lg.jp/soshiki/11-14-0-0-0-1.html>

Email : nagaserojin@city.higashiosaka.lg.jp

スマホでも見れます!

QRコード



《センター利用について》
来館の際には長瀬老人センター発行の利用者証をご提示下さい。
当施設に駐車場はありませんので、お車で来られた場合は、近隣のコインパーキング等にご駐車ください。

eスポーツ実施しています!

家庭用ゲーム機を使って気軽に身体を動かしませんか?

- ・テニス ・ボウリング ・バドミントン
- ・バレーボール ・サッカー ・ゴルフ
- ・チャンバラ ・太鼓の達人

〈あるこう会〉

行き先：淡路島・国営明石海峡公園
日 時：3月28日(木)
定 員：45名 先着順
参加費：2000円
申 込：2/27(火)～3/14(木)



令和6年度 趣味教養教室 新規生徒募集!

令和6年4月から 令和7年3月まで一年間受講する教室です。

- ・ 申込期間：3月1日(金)～3月8日(金)
- ・ 申込方法：申込用紙をご記入の上、事務所窓口にご提出下さい。
お電話、FAXによるお申込みは出来ません。
- ・ 募集定員を超えた教室は 3/13(水) 10:00～公開抽選を行います。
- ・ 抽選結果は 3/13(水) 13:00以降にお電話か直接来館にてご確認ください。
当センターからご連絡は致しませんのでご注意ください。

今月の映画会

『タイタニック』

1997年作 195分

日時：R6.3月12日(火)

13:15～ 午後のみ

定員：50名 定員に達するまで

申込：2/19(月)～

今月の茶話会

なつかしの

『昭和歌謡コンサート』

出演：O・ELA(オラ)

★ハワイ語で「いのち」を意味します

日時：3月26日(火)

13:30～14:30

定員：70名 先着順

申込：3/4(月)～



型抜きアートで作る

『富士山と兜飾り』



日 時：①4月2日、9日 火曜日

②4月4日、11日 木曜日

①②ともに 13:30～15:30

定 員：各5名 先着順

材料費：800円

申 込：3/11(月)～23日(土)

※直接来館してお申込み下さい。

(株)明治

『チョコレートの世界へようこそ』

日時：3月18日(月)

13:30～14:30

講師：(株)明治食育担当

定員：60名 先着順

申込：2/19(月)～3/7(木)



まぎ～マモル一座の

『マジックパルーンショー』

日時：3月11日(月)

13:30～14:30

定員：70名 先着順

申込：2/26(月)～



職員と一緒に 〈ゆる～い筋トレ&ストレッチ〉

日時：①3月4日・18日・4月1日(月曜日、全3回)

②3月12日・26日・4月9日(火曜日、全3回)

①②ともに10:00～11:30

定員：①②ともに20名 先着順

申込：2/13(火)～

【卓球時間】

あさ 9:00～11:30

ひる 13:00～16:30

【楽しくトライ体操】

日時：R6.3月27日(水)

13:30～14:30

定員：25名 先着順

申込：2/28(水)～



卓球	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
あさ	○	○		×	×	○	×	○	○		×	×	○	○	○	○		×	×		×	○	○		×	×	○	○	○	○	
ひる	×	○		×	×	○	×	○	○		×	×	○	×	○	○		×	×		×	×	○		○	×	×	×	×	○	

日	月	火	水	木	金	土
					1 健康体操	2
<p>令和6年度 趣味教養教室のお申込みは、3/1（金）～3/8（金）です！ お申込みには当センターの利用者登録が必要です。 尚、定員を超えるお申込みがあった場合は抽選になります。</p>						
3	4 民謡・ヨガ 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈ヨガ体験会〉	5 リズムDE体操・水彩画 レクリエーション	6 詩吟 ペン習字	7 フラダンス	8 書道	9
	麻雀P カラA 切絵	麻雀P カラP	麻雀A・P	麻雀P カラP 新舞踊	麻雀P カラP 紫陽花	カラA・P
10	11 生花 〈マジックバルーンショー〉	12 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈映画会〉	13 絵手紙	14 新舞踊	15	16
	麻雀P カラA 河内	麻雀P カラP 水墨画A・P	麻雀A・P カラP	麻雀P カラP	麻雀P カラP	カラA・P
17	18 民謡 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈明治チョコレートの講座〉	19 リズムDE体操・水彩画 レクリエーション	20 春分の日	21 フラダンス	22 書道 健康体操	23
	麻雀P カラA 切絵	麻雀P カラP		麻雀P カラP 新舞踊	麻雀P カラP 紫陽花	カラA・P
24	25 生花	26 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈茶話会〉	27 絵手紙 〈楽らくトライ体操〉	28 新舞踊 〈あるこう会〉	29 〈小学生と世代間交流会〉	30
31	麻雀P カラA 河内	麻雀P カラP 水墨画A・P	麻雀A・P カラP	麻雀P カラP	麻雀P カラP	カラA・P

カラA 9:00～

カラP 13:00～

麻雀A 9:00～

麻雀P 13:00～