

令和8年
4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

長瀬老人センター
ホームページ
はこちらから▶



https://www.city.higashiosaka.lg.jp/soshiki/11-14-0-0-0_1.html Email : nagaserojin@city.higashiosaka.lg.jp

今月の映画会

『釣りバカ日誌3』

1990年作 96分

日時：4月15日（水）

①9:15～ ②13:15～

定員：各50名 申込先着順

申込：3/12（木）～

定員に達するまで

今月の茶話会

うたごえ一色郁美さんによる

『キーボード演奏で
一緒に歌いましょう』

日時：4月28日（火）

13:30～14:30

定員：80名 申込先着順

申込：4/7（火）～

定員に達するまで

囲碁・将棋、パソコンゲーム、
図書の出しも行なっています！
お気軽にご利用ください。

大阪ガス福祉財団 健康づくり
『流行り歌ビクス』

お馴染みの演歌や懐かしい曲に
合わせてエアロビクスをします。

日時：5月18日（月） 14:00～15:30

定員：50名 申込先着順

申込：4/14（火）～ 5/8（金）

中之島バラ園ウォーキング
～5kmコース～

日時：5月8日（金） 9:15～12:00

雨天の場合 5/14（木）に順延

参加費：50円（保険加入料）

定員：15名 申込先着順

申込：4/9（木）～ 4/23（木）

※ご本人が直接来館してお申込みください。

《センター利用について》

ご来館の際には長瀬老人センター発行の
利用者証をご提示ください。
当センターに駐車場はありません。
公共交通機関のご利用をお願い致します。

《警報発令時について》

東大阪市に大雨もしくは暴風警報が発令
されている間は、老人センターは閉館
致します。
なお、警報が解除され次第開館致します。

【楽しくトライ体操】

日時：4月22日（水）

13:30～14:30

定員：25名 申込先着順

申込：3/25（水）～ 定員に達するまで

※毎回お申込が必要です。



＜歌カツ＞

みんなで歌って健康になりましょう！

日時：4月7日（火）23日（木）

10:00～11:00

※お申込みは不要です。

開始時間にお越しください。



【卓球のスケジュール】

○… あさ9:00～11:30

○… ひる13:00～16:30

△… 14:30～16:30

□… 15:00～16:30

×… 卓球はありません

eスポーツ体験会

家庭用ゲーム機を使用します。

今月は太鼓のリズムゲームです。

4月14日（火）23日（木）

13:30～14:30

※お申込みは不要です。

開始時間にお越しください。

＜Let's 折り紙＞

みんなで一緒に折り紙をしませんか？

日時：4月22日（水）

10:00～11:30

※お申込みは不要です。

※折り紙は各自でご準備ください。

詳しくは事務所までお問合せください。

| 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 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 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 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| あさ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | ○ | ○ |
| ひる | ○ | ○ | △ | △ | ○ | ○ | × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | ○ | △ | ○ | ○ | ○ | ○ | □ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | ○ | ○ |

予定は変更する事があります

センターだよりの発行は毎月25日です

| 日 | 月 | | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|----------------|---|---------------------------------------|--|---------------------|--------------|
| | | | 1 詩吟 ペン習字 | 2 フラダンス 〈ブロック折り紙①〉 | 3 健康体操 | 4 ヨガ |
| 同好会 | | | (麻雀A・P)(カラA) | (麻雀A・P)(カラP)(新舞踊) | (麻雀P)(カラA・P) | (麻雀A)(カラA・P) |
| 5 | 6 | 7 水彩画 介護予防体操 〈歌カツ〉 〈ブロック折り紙②〉 | 8 絵手紙 〈資生堂セミナー〉 | 9 新舞踊 〈ブロック折り紙①〉 | 10 リズムDE体操 書道 | 11 |
| 同好会 | (麻雀P)(カラP)(切絵) | (麻雀A)(カラP) | (麻雀A・P)(カラA) | (麻雀A・P)(カラP) | (麻雀P)(カラA・P)(紫陽花) | (麻雀A)(カラA・P) |
| 12 | 13 生花 民謡 | 14 〈ブロック折り紙②〉 〈eスポーツ体験会〉 | 15 詩吟 ペン習字 〈映画会〉 | 16 フラダンス 〈ブロック折り紙①〉 | 17 健康体操 | 18 |
| 同好会 | (麻雀P)(河内おどり) | (麻雀A)(カラP)(水墨画A・P) | (麻雀A・P)(カラA) | (麻雀A・P)(カラP)(新舞踊) | (麻雀P)(カラA・P) | (麻雀A)(カラA・P) |
| 19 | 20 | 21 水彩画 介護予防体操 〈ブロック折り紙②〉 | 22 絵手紙 〈Let's折り紙〉 〈楽らくトライ体操〉 | 23 新舞踊 〈歌カツ〉 〈ブロック折り紙①〉 〈eスポーツ体験会〉 | 24 リズムDE体操 書道 | 25 |
| 同好会 | (麻雀P)(カラP)(切絵) | (麻雀A)(カラP) | (麻雀A・P)(カラA) | (麻雀A・P)(カラP) | (麻雀P)(カラA・P)(紫陽花) | (麻雀A)(カラA・P) |
| 26 | 27 生花 民謡 | 28 〈茶話会〉 〈ブロック折り紙②〉 | 29 昭和の日 | 30 〈ブロック折り紙①〉 | | |
| 同好会 | (麻雀P)(河内おどり) | (麻雀A)(カラP)(水墨画A・P) | | (麻雀A・P)(カラP) | | |

(カラA) 9:00～ (カラP) 13:00～ (麻雀A) 9:00～ (麻雀P) 13:00～