

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

長瀬老人センター
ホームページ
はこちらから▶



今月の映画会

『八日目の蝉』
2011年作 147分

日時：7月15日(水)
①9:15～ ②13:15～
定員：各50名 申込先着順
申込：6月15日(月)～
定員に達するまで

今月の茶話会

**『アコースティック
ギターコンサート』**

出演：ザ・ブルー
日時：7月28日(火)
13:30～15:00
定員：80名 申込先着順
申込：7/1(水)～
定員に達するまで

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

『ボカールレッスン』

※あなたの選んだ曲を講師が指導します

日時：①8月4、18、25、9月1日(火曜日コース)
②8月6、13、20、27日(木曜日コース)
①②ともに10:00～11:30
定員：各10名 申込先着順
申込：7/2(木)～ 定員に達するまで

〈とんぼクラブとの交流会〉

小学生とボウリングゲームを通じて
世代間交流を図ります

日時：7月24日(金) 13:30～15:30
場所：長瀬青少年センター
定員：8名 申込先着順
申込：6/29(月)～定員に達するまで

室内履きシューズをご持参ください

【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


西保健センターによる
『高齢者の食生活の栄養講座』
と『フレイル予防体操』

日時：7月29日(水)
13:45～15:30
定員：24名 申込先着順
申込：7/3(金)～定員に達するまで

※講座前に健康測定会を実施するため
裸足になります

〈歌カツ〉

みんなで歌って健康になりましょう！

日時：7月9日(木) 21日(火)
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。


〈Let's 折り紙〉

みんなで一緒に折り紙をしませんか？

日時：7月27日(月)
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。

【楽しくトライ体操】

日時：7月22日(水)
13:30～14:30 

定員：25名 申込先着順
申込：6/24(水)～ 定員に達するまで
※毎月お申込みが必要です。

《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》

東大阪市内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。

eスポーツ体験会

家庭用ゲーム機を使い
パドミントンゲームを行ないます

日時：7月8日(水) 27日(月)
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。

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
	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	金
あさ	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○		○	○	×	○	○	○			○	○	○	○	○		○	×	○	○	○
ひる	○	○	△	△		○	○	○	○	○	○		○	○	×	○	○	○			○	□	○	○	○		○	×	×	○	○

日	月	火	水	木	金	土
			1 詩吟 ペン習字	2 フラダンス 〈ブロック折り紙③〉	3 健康体操 〈着物キーホルダー〉	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 〈着物キーホルダー〉	7 水彩画 介護予防体操 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈ブロック折り紙④〉	8 絵手紙 〈eスポーツ体験会〉	9 新舞踊 〈歌カツ〉 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈着物キーホルダー〉	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 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈ブロック折り紙④〉	15 〈映画会〉 ペン習字	16 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈着物キーホルダー〉	17	18
同好会	(麻雀P)(河内おどり)	(麻雀A)(カラP)(水墨画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 海の日	21 水彩画・〈歌カツ〉 介護予防体操 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈着物キーホルダー〉	22 絵手紙 〈楽らくトライ体操〉	23 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈着物キーホルダー〉	24 リズムDE体操 〈トンボクラブとの交流会〉	25
同好会		(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 〈Let'折り紙〉 〈eスポーツ体験会〉	28 〈茶話会〉	29 〈筋トレ&ストレッチ〉 〈西保健センター講座〉	30 〈筋トレ&ストレッチ〉	31	
同好会	(麻雀P)(河内おどり)	(麻雀A)(カラP)(水墨画P)	(麻雀A・P)(カラA)	(麻雀A・P)(カラP)	(麻雀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～