

# センターニュース 12月号



## ねんまつねんし 年末年始の お知らせ



ねんまつ がつ にち どうようび  
年末は12月27日（土）まで  
かいかん  
開館しています。

ねんし がついつか げつようび  
年始は1月5日（月）から  
かいかん こうざ はじ  
開館となり、講座も始まります。

ふろ がついつか げつようび おとこゆ  
お風呂は1月5日（月）『男湯』  
はじ  
から始まります。

## たんじょうびかい お誕生日会をおこないました！

にしごおり えん こ  
ゲストの西郡そよかぜこども園の子どもたちの可愛さに笑顔がこぼれました。

おおもりの  
そして、大森ヒデノリさんのスウェーデン  
でんどうがつき ねいろ いや  
伝統楽器ニッケルハルパの音色に癒

とくじょうきよさこ  
され、徳上小夜子さんのパワフルな  
うたごえ げんき  
歌声には元気をもらいました。



## ひろば カラオケ広場

よっか もくようび  
4日（木）  
にち もくようび  
18日（木）  
じ ぶん  
1時30分～

ていいん めい もうしこ じゅん  
定員30名（申込み順）

す きょく うた  
好きな曲を歌うことがで  
けんがくおっけー  
きます。見学OKです！

もうしこ どうじつ じ ぶん  
申込み：当日1時～1時30分

## たいそう こうざ リズム体操 講座

はっか どうようび  
20日（土）  
じ ぶん  
10時30分～



はや おんがく あ からだ  
テンポの早い音楽に合わせて体を  
うご  
動かします！（応募多数は抽選）

もうしこ にち きんようび  
申込み：12日（金）まで

けっかはっぴよう にち げつようび  
結果発表：15日（月）

## うたごえ こうざ うたごえ 講座

にち すいようび  
24日（水）  
じ ぶん  
10時30分～



どうよう しょうわかよう  
童謡・昭和歌謡などをみんなで  
うた  
歌います！（応募多数は抽選）

もうしこ にち きんようび  
申込み：12日（金）まで

けっかはっぴよう にち げつようび  
結果発表：15日（月）

## クリスマス会

にち すいようび  
24日（水）  
じ ぶん  
1時30分～



たの じかん す  
モルックで楽しい時間を過  
ごしましょう！（応募多数は抽選）

もうしこ にち きんようび  
申込み：12日（金）まで

けっかはっぴよう にち げつようび  
結果発表：15日（月）

| 月       | 水       | 木       | 土       |
|---------|---------|---------|---------|
| 1<br>男  | 3<br>女  | 4<br>男  | 6<br>女  |
| 8<br>女  | 10<br>男 | 11<br>女 | 13<br>男 |
| 15<br>女 | 17<br>男 | 18<br>女 | 20<br>男 |
| 22<br>男 | 24<br>× | 25<br>女 | 27<br>× |
| 29<br>× | 31<br>× |         |         |

## がつ 12月



ふろ よていひよう  
お風呂の予定表

### りようじかん 利用時間

じ  
午後1時～3時

ようび だんじょ  
曜日ごとに男・女

い か せい  
入れ替え制です。

かんごしけんこうそうだん  
看護師健康相談を

う  
受けましょう！

## なんでも話そう会

にち げつようび じ  
15日（月）1時～



センターの運営について意見を聞く場です

## かんごしけんこうそうだん 看護師健康相談

にち もくようび にち もくようび  
11日（木）・25日（木）  
じ  
1時～3時



からだ き そうだん  
身体の気になること相談できます

# 12月予定表

日曜・祝日は休館です

開館時間：午前9時～午後5時

八尾市立 桂老人福祉センター

住所：八尾市桂町3-11

電話：072-999-0820



| 1 (月)                                                                        | 2 (火)                                                     | 3 (水)                                                                                                                                                                                                                            | 4 (木)                                                                                                                                                                                                           | 5 (金)                                                                       | 6 (土)                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ソフトヨガ</b> 講座<br>③ 10時<br><b>健康体操</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分             | <b>フラダンス</b> 講座<br>10時                                    | <b>バレティス</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分                                                                                                                                                                                            | <b>カラオケ広場</b><br>1時30分<br>                                                                                                     | <b>民謡</b> 講座 10時<br><b>太極拳</b> 講座 10時<br><b>ソフトヨガ</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 3時 |                                                                                                                    |
| 8 (月)                                                                        | 9 (火)                                                     | 10 (水)                                                                                                                                                                                                                           | 11 (木)                                                                                                                                                                                                          | 12 (金)                                                                      | 13 (土)                                                                                                             |
| <b>ソフトヨガ</b> 講座<br>③ 10時<br><b>健康体操</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分             | <b>フラダンス</b> 講座<br>10時<br><br>お正月飾り制作<br>1時30分            | <b>バレティス</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分<br><br>お正月飾り制作<br>9時30分<br>1時30分                                                                                                                                                           | <b>カラオケ</b> 講座<br>① 10時<br>② 1時30分<br><br>お正月飾り制作<br>9時30分<br>1時30分<br>看護師健康相談                                                                                                                                  | <b>民謡</b> 講座 10時<br><b>太極拳</b> 講座 10時<br><b>ソフトヨガ</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 3時 |                                                                                                                    |
| 15 (月)                                                                       | 16 (火)                                                    | 17 (水)                                                                                                                                                                                                                           | 18 (木)                                                                                                                                                                                                          | 19 (金)                                                                      | 20 (土)                                                                                                             |
| <b>ソフトヨガ</b> 講座<br>③ 10時<br><b>健康体操</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分<br>なんでも話そう会 | <b>フラダンス</b> 講座<br>10時<br><b>絵画</b> 講座<br>① 1時<br>② 2時45分 | <b>バレティス</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分                                                                                                                                                                                            | <b>カラオケ広場</b><br>1時30分<br>                                                                                                   | <b>民謡</b> 講座 10時<br><b>太極拳</b> 講座 10時<br><b>ソフトヨガ</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 3時 | <b>リズム体操</b> 講座<br>10時30分<br> |
| 22 (月)                                                                       | 23 (火)                                                    | 24 (水)                                                                                                                                                                                                                           | 25 (木)                                                                                                                                                                                                          | 26 (金)                                                                      | 27 (土)                                                                                                             |
| <b>ソフトヨガ</b> 講座<br>③ 10時<br><b>健康体操</b> 講座<br>① 1時30分<br>② 2時45分             |                                                           | <b>うたごえ</b> 講座<br>10時30分<br><br><b>クリスマス会</b><br>1時30分<br> | <b>カラオケ</b> 講座<br>① 10時<br>② 1時30分<br><b>生花</b> 講座<br>1時30分<br>看護師健康相談                                                                                                                                          |                                                                             |                                                                                                                    |
| 29 (月)                                                                       | 30 (火)                                                    | 31 (水)                                                                                                                                                                                                                           |   良いお年をお迎えください<br>新年は1月5日(月)から<br>開館します |                                                                             |                                                                                                                    |
| 休館日                                                                          | 休館日                                                       | 休館日                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |                                                                                                                    |

講座生のみなさんへ 遅刻・早退は『欠席扱い』となりますので、ご注意ください。  
 また、10分以上の遅刻は講座を受講することができません。