



**無料**

スマホの「楽しさ」「便利さ」を体験しよう！

**LINE** と Google レンズ 講座



スマホを持っているけれど電話やメール程度しか使っていないわ〜 もっと便利な使い方を知りたいと思っておられる方、ぜひご参加ください。もうワンランク上のスマホの使い方を学んでみませんか！

日時 6月5日(水)午後1時30分〜3時

講師 ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー

※スマホはソフトバンクが準備する貸出機を使用します。お持ちのスマホを使用して実施する講座ではありません。

定員 15名(先着順)

申込 5月8日(水)午前11時〜本人が電話または窓口へ

## 「己書(自由に描く・心の書)」

己書とは筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。字の上手い下手は関係ありません。少しコツをおぼえれば描けます。筆ペンで味のある字を描いてみませんか〜

日時 6月20日(木)午後1時30分〜3時30分

講師 中野 祐子氏 (日本己書 道場師範 己書どれみ桜道場 代表)

定員 10名

参加費 450円(材料費) ※受講が決定された方は手続きが必要です

申込 5月14日(火)午前11時〜5月21日(火)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



**無料**

### 健康セミナー

脳を健康を維持して認知症を予防しよう！

身体の健康は常日頃意識されていても、脳の健康については忘れがちです。脳の健康を維持することは認知症予防にもつながります。楽しく頭の体操をしましょう！

日時 6月4日(火)

午後1時30分〜2時30分

講師 吉富 隆史氏

(南大阪ヤクルト販売株式会社広報室 健康管理士一般指導員)

定員 22名(先着順)

申込 5月7日(火)午前11時〜

本人が電話または窓口へ



**無料**

### みんなで楽しくリズムダンス(全4回)

ダンスが好きな方、音楽にあわせてからだを動かしたい方など楽しく踊っちゃいましょう！

日時 5月21日(火)・6月18日(火)・  
7月16日(火)・8月20日(火)  
午後2時〜3時

講師 足立 和歌子氏(スポーツトレーナー)

定員 22名

持ち物 上履き(スリッパ不可)

フェイスタオルもしくはスポーツタオル

申込 5月7日(火)午前11時〜5月13日(月)

午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



**無料**

### スマホ初心者サポート会

最近スマホを購入した方やスマホ初心者の方で電話のかけ方、文字入力の練習やスマホの基本的な操作など初歩的なことをスマホサポーターの方々と一緒に勉強しませんか？

日時 5月28日(火)午後1時30分〜2時30分

定員 5名程度

対象 市内在住の60歳以上の方で、

最近スマホを購入された方、スマホの初心者の方

持ち物 スマホ(かんたんスマホ含む)、筆記用具

※スマホは十分に充電してお持ちください。

申込 5月9日(木)午前11時

〜5月16日(木)午後4時の間、窓口のみの受付★

※電話では受付できませんのでご了承ください



### 手づくり講習会

#### 「七夕のタペストリーづくり」

好評の手づくり講習会です。織姫様と彦星様の七夕にちなんでタペストリーをつくります

日時 6月12日(水) 午前10時30分〜12時

講師 池谷 初美氏

定員 10名

参加費 420円(材料費)

※当選された方は受講手続きをおこなって頂きます。

持ち物 はさみ、木工用ボンド、

(手を拭くための) タオル、(あれば) 黒マジック

申込 5月14日(火)午前11時

〜5月21日(火)午後4時の間、

本人が電話または窓口へ★



**無料**

## 4・5・6 月生まれのお誕生会

日時 6月28日(金)午後1時30分〜2時30分(予定)

《第1部》お誕生会 午後1時30分〜1時55分(※写真撮影は1時20分頃からおこないます♪)

☆写真撮影・手作りネームシールの贈呈・脳トレクイズ

※写真撮影では大きさなどの細かいご要望はお受けできません。ご了承下さい。

《第2部》**風のチャイムさんのハンドベル・トーンチャイム演奏会** 午後2時〜2時30分

定員 32名(先着順)

申込 5月15日(水)午前11時〜本人が電話または窓口へ

※第2部のみ該当月生まれの方以外でもお申込みできますが、写真撮影やネームシールなどの贈呈はありません。



◇ご利用には老人福祉センターの利用証が必要です。  
お持ちでない方は、作成いたしますので窓口へ申し出て下さい

お菓子の工場へ  
行こう!

## 明治なるほどファクトリー大阪 実施日 5月16日(木)



集合

地下鉄四つ橋線 住之江公園駅 南南改札口付近  
午前11時52分(時間厳守)

行程

11:56 発(大阪メトロ) 12:18 着 12:32 発 12:53 着  
住之江公園駅 → 西梅田駅……JR大阪駅 → JR摂津富田駅…  
(約15分~20分歩きます) 13:30~  
…… 明治なるほどファクトリー大阪……工場内見学スタート……(約1時間30分見学予定)  
……14:50頃見学終了予定 ……JR摂津富田駅 → JR大阪駅(午後4時頃解散予定)



※JR大阪駅で一旦解散いたしますが、住之江公園駅まで帰られる方は職員と一緒に帰りますのでお申し出ください。  
※交通費 - 片道 大阪メトロ…住之江公園駅~西梅田駅、290円、JR…大阪駅~摂津富田駅 290円です。  
切符は各自で購入願います。大阪市優待乗車証をお持ちの方はJRの区間もチャージしておけば普通運賃で利用できます。

※今回の社会見学はJR摂津富田駅から工場まで(片道15~20分)工場内も歩いて見学するなどの行程です。  
歩く箇所が多いのでご注意ください。

定員 24名(先着順)  
参加費 30円(保険代) ※交通費は含まれておりません。  
申込 5月1日(水)午前11時より、本人が参加費をそえて直接窓口へお申込み下さい



## スマホの基本 ~スマホ活用講座6・7月~

電話をかける・かけるときのポイント、文字入力のポイント、画面ロック等々スマホの基本的なことを学びます。スマホを初めて持たれた方、基本的なことを学びたい方はぜひご参加ください

日時 6月29日(土)・7月20日(土) 午後1時30分~3時 (全2回)

講師 吉田 恵子氏・磯崎 文氏【パソコンボランティア Wing (ウィング)】

定員 15名  
対象 市内在住の60歳以上のご自分のスマホをお持ちの方  
★スマホをお持ちの方対象の講習会です★

参加費 300円(テキスト・資料代) ※参加費は第1回目の講座時にお支払いください  
持ち物 スマホ(かんたんスマホ含む)、筆記用具 ※スマホは十分に充電してお持ちください。  
申込 5月22日(水)午前11時~5月29日(水)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



受講終了後に、老人福祉センタースマホボランティアによる個別相談会を実施いたします。受講者の方は講座終了後にスマホに関する質問等がございましたら、個別相談ブースにお集まりください。ボランティアによる相談会なのですべての質問にお答えできるとは限りませんので、ご了承ください。

### 無料 コーラス体験講座

前回好評でしたコーラス体験会を再度おこないます。歌うことの楽しさと詩の持つ情感をみんなで感じとってみませんか?

日時 6月26日(水)午後1時~2時  
講師 西野 美幸氏  
(大阪市生涯学習インストラクター)  
定員 15名  
申込 5月14日(火)午前11時~5月21日(火)午後4時の間、本人が電話または窓口へ★



### 無料 大正琴体験会

先月に引き続き大正琴体験会をおこないます。前回、前々回と機会を逃した方ぜひご参加ください  
日時 6月13日(木)午後1時30分~3時  
講師 猪原 真知子氏(瓦版や大正琴サークル)  
定員 10名  
申込 5月9日(木)午前11時~5月16日(木)午後4時までの間、本人が電話または窓口へ★  
※大正琴を持っている方はお持ちください。お持ちでない方は講師の大正琴を順番に弾く体験をしていただきます。



★定員を超えた講座は受付期間終了後抽選の上、講座にご参加いただける方のみお電話にてご連絡いたします。