

にしなりしみんかん  
西成市民館

つうしん

# ほのぼの通信



3月号

2018年3月1日発行第131号

かいかんび かよう 2018年3月1日発行第131号  
開館日：火～土 9:00-21:00

きゅうかんび にち げつ しゅくじつ ねんまつねんし  
休館日：日・月・祝日・年末年始

〒557-0004 大阪市西成区萩之茶屋 2-9-1

社会福祉法人 石井記念愛染園 西成市民館

[電話]6633-7200 [FAX]6633-7203

にしなりしみんかん ちいき  
西成市民館は、地域のみなさまの

いばしょ なかま い おうえん  
「居場所づくり、仲間づくり、生きがいづくり」を応援します!



## 第4回市民館講座

### 「いつか来る災害 みんなで考えよう」

3月9日(金) 14時から 防災のお話しを行います。いつか来ると言われている大規模災害に対して、どのように備えればいいのか、クイズなど交えて、学んでいこうと思います。参加者の皆さんには、『防災マップ』などを配布させていただきます。

申し込みは不要ですが、定員25名とさせていただきます。おおぜいの方々のご参加をお待ちしています。

## 第20回 薙 ライフショー



2月17日(土)に 堤 幸生さんにお越しいたき、マジックショーを開催しました。びっくりするようなマジックの連続で、まばたきする間もありませんでした。中でも、カードマジックは本当に不思議で、何度考えても、タネはわかりませんでした。まさしくマジックでした。

## 第3回市民館講座

2月16日(金)に、区役所から、栄養士さんにお越しいたき、「食のバランス」について、お話をさせていただきました。クイズや、試飲、試食があり、わかりやすく、楽しいひと時でした。また、試飲から、ジュースで多量の糖分をとっていることがわかり、びっくりでした。健康のため、次の食事から考えたいと叶いませんね……。

### よろず

### 相談

#### 日時

火曜日～土曜日  
9:00～18:00

#### 受付場所

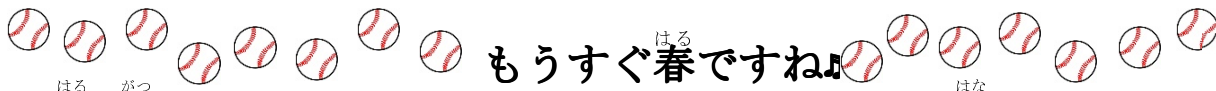
西成市民館  
2階事務室

#### 相談内容例

生活が苦しい、借金がある、生活保護を申請したい、  
家を探している、年金の受け方がわからない、など







もうすぐ春ですね



春3月ですね。といってもまだまだセーターやジャンパーは、離せませんね。

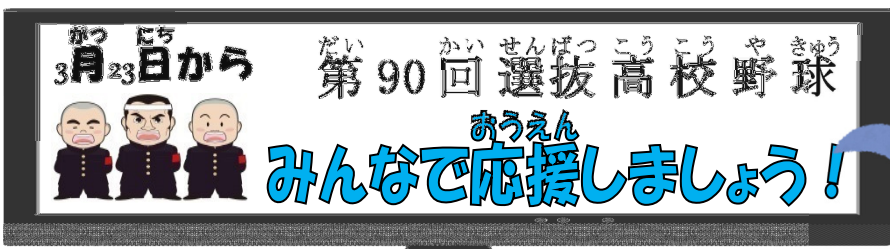
春と言えば、球春ですね。高校野球とプロ野球が始まりますね。

春は、センバツからといいますが—90回選抜高等学校野球大会(主催:毎日新聞社、日本高等学校野球連盟)—長い名称ですが、これが正式名です。3/23 - 4/4 までの13日間(雨天順延)、甲子園球場で36校の出場で開催されます。大阪代表の応援もしっかりして欲しいですが、皆さんの郷土の代表校の勝敗も気になる場所ですね。

甲子園と言えば、阪神タイガースですよね。高校野球があるので、甲子園での初試合は4/10のヤクルト戦までお預けですが、初戦は東京ドームで伝統の一戦、巨人との試合です。

さあ、今年の阪神は、優勝できるのでしょうか?それともベッタ・・・?

応援をしっかりとのんまっせ! (文責:河崎)



相撲は3月13日から放映します。

カラオケなどで使用していない時は、2階和室でテレビ放映しています!見に来てください!(^\_^)!



日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	1	2	3
(休)	(休)					
4	5	6	7	8	9	10
(休)	(休)					
11	12	13	14	15	16	17
(休)	(休)				12時まで	
18	19	20	21 (休)	22	23	24
(休)	(休)		春分の日			
25	26	27	28	29	30	31
(休)	(休)					



⇨図書室: 9:30~16:30 2階洋室  
都合により開室時間を変更する場合があります。



⇨わっかボランティア 9:00~11:30



⇨ほのぼのカラオケ: 14:30~16:30



⇨らぶりん体操 14:00~15:30



⇨ラジオ体操: 16:00~ 仏現寺公園



⇨忘れん坊茶屋 14:00~15:00



⇨吹き矢/ぼやき川柳: 9:30~11:00



⇨ふれあい喫茶 13:00~15:00



⇨ほのぼの卓球: 10:00~11:30



⇨防災講座 14:00~15:30



だい かい  
第72回  
びょういん  
病院だより

しゃかいふくしほうじん  
社会福祉法人  
おおさかしやかいりょう  
大阪社会医療センター付属病院  
ふぞくびょういん  
ふぞくびょういん  
おおさかしにしろくほぎのちやや ちやうめ ほん ごと  
〒557-0004大阪府西成区萩之茶屋1丁目3番4号 TEL.06-6649-0321 (代表)  
いりょうふくしそだんがかり  
医療福祉相談係 TEL.06-6649-0325 (直通)

こつみつとけんさ  
★骨密度検査について★

とういん  
当院では、こつみつとけんさ じっし  
骨の中に含まれる、カルシウム・マグネシウムなどのミネラル成分の量で、骨の  
強さを表す指数であり、年齢とともに徐々に減少していきます。骨密度が低くな  
ると骨の中がスカスカになってもろくなり 転倒によるケガや骨折などといったリスクが高まり  
ます。骨密度の測定方法についてはいろいろあり、骨密度測定専用のCTもあり  
ます。当院での測定方法は、DIP法といって、両手をレントゲン撮影し、レ  
ントゲン写真の濃度から骨密度を測定します。結果は、4～7日後にわかりま  
す。  
こつみつと そくていほうほう  
ここ数年、骨粗鬆症の方も増えておりますので気になる方は、当院に骨密度



にしなりしみんかん  
西成市民館ニュース



がつ にち ど  
2月10日(土)に、愛染橋病院の看護師2名に来て  
いただき、健康相談会を開催しました。  
あいにくの雨模様でしたが、多数の方々にご参加  
いただきました。ありがとうございます。  
看護師さんより、「冬は持病もさる事ながら、イン  
フルエンザなどが流行りますので、体調管理には十分  
気をつけてくださいね」と、お言葉をいただきました。

こんねんど けんこうそうだんかい  
今年度の健康相談会は、今回にて終了ですが、4月以降も続けていきたいと思ひます。また、歯の健康  
相談会についても現在、検討中ですので、正式に決まり次第、この通信等でお知らせしていきます。  
らいねんど  
来年度もどうぞよろしくお願ひします。

にしなり しみんかん  
西成市民館 貸館利用のご案内

◎貸館の予約は3/1～5/31までの開館日が予約できます。  
詳しくは事務所まで。

2がい じむつ う つ  
2階事務室で受け付けます。受付時間は9:00～19:00です。  
もちろみ ちやくせつ にしなりしみんかん じむつ こ  
申込みは、直接 西成市民館事務室までお越しください。

	ひる ぶ 昼の部 (9:00～16:30)	よる ぶ 夜の部 (17:00～21:00)	いちにお 一日 (9:00～21:00)
講堂 (01.8 m)	1,200 円	1,500 円	2,400 円
会議室	A (23.5 m)	600 円	1,000 円
	B (14.2 m)	300 円	600 円



ゆうりょうびひん  
【有料備品】 マイクセット (300円)、カラオケセット (500円)、卓球セット (500円)、プロジェクター (500円)  
スクリーン (200円)、空調 (200円/1台1時間)、ガスストーブ (80円/1台1時間)、扇風機 (150円)  
むりょうびひん  
【無料備品】 延長コード、マイクスタンド、DVD デッキ、VHS デッキ、CD デッキ



かしこ しょうだん  
**くらしや介護のご相談は？**

にしなりくちいきほうかつしえん しゅつちょうじよ  
**西成区地域包括支援センターの出張所**



ばしょ にしなりしみんかん 2かいじむしつ  
**場所: 西成市民館 2階事務室**  
 にちじ かようび とうりび  
**日時: 火曜日～土曜日**  
 9:00～17:30

ちいきそうごうそうだんまどぐち  
**あいりん地域総合相談窓口(あいりんフランチ)へ**

みなさまの暮らしが良い方向へ向かうように誠心誠意、対応させていただきます。

かいご、いりょう、ねんきん、しゅうらふなど、さまざまな相談に応じておりますので、お気軽にご連絡ください。

このほりが  
めしるし  
目印(〇)/

TEL06-6633-7200 FAX06-6633-7203

でまえそうだん  
出前相談もOK!

だい かい わす ほうきょうしつかいさい  
**第2回 忘れん坊教室開催しました**



1時間目 **認知症〇×クイズ**  
 2月9日(金)2時～  
**「ボケたらどうしよう」を「ボケても大丈夫」に  
 物忘れか？認知症か？高齢になると、誰もが  
 不安になります。まずは、あいりんフランチに  
 相談しにきてください。不安にならないための  
 勉強会もやっています。次回は8月です!(^^)!**



2時間目 **認知症でどんなんか。**  
 3時間目 **認知症になったらどうする？**  
 4時間目 **80歳代をどう生きるか**  
 5時間目 **あるある認知症コント**



わす ほうちや かいめ ながぱ  
**「忘れん坊茶屋」21回目は、長峰パパさんでした**



リハーサルから本番まで、みんなで一緒に歌える歌をたくさん歌っていただきました♪とっても楽しい忘れん坊茶屋でした(^^)!

22回目は、3月23日(金)、  
 パパムーさんです。  
 昭和歌謡をレゲエで  
 お楽しみください!(^^)!

参加費 200円  
**お申し込みお待ちしています!**

ラジオたいそう LOVE ラびりんたいそう

まいしゅうすいようび  
**毎週水曜日**  
 3月30日(金)午後2時から  
**3月30日(金)午後2時から**  
 にしなりしみんかん 3かいこうどう  
**西成市民館3階講堂で**

カレンダーのマークの日  
 午前9時から11時半まで  
**「つしたわっかポランテ」**