西成市民館 ほのぼの通信

12月号

2019年12月1日発行

開館日：火～土　9:00-21:00
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

西成市民館は、地域のみなさまの
「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 体力測定してみませんか？

体力に自信あり！ ホンマでっか？

12月14日（金）
2:00～4:00
西成市民館

握力は、体全体の筋力を表します。筋力が低下すると、足腰に痛みがでやすくなり、転倒の危険号です。気持ちはいつまでも若いつもりでも、体力は確実に衰えています。この機会に自分の体力を確認し、元気な高齢者を目指してください‼

- 体重・身長・血圧
- ①握力測定
- ②開眼片足立ち
- ③長座位体前屈
- ④タイムアップ&ゴー
- ⑤最大歩行速度

西成市民館講座 依存症ってなぁに？

？どんな症状が依存症なのか？
？なぜ依存症になるのか？
？依存症は治るのか？

などなど、わかりやすく話していただきます。

講師：山本　哲也氏
（小谷クリニック　ケースワーカー）

12月7日（金）午後2時～3時半
西成市民館3階講堂

ご参加お待ちしています！

第23回萩ライブショー 11月24日（土）

パパムーさん
でした。

レゲエトークと
昭和歌謡満載！！
次回は3月忘れん坊茶屋で！

よろず相談

日時	受付場所	相談内容例
火曜日～土曜日 9:00 ～ 18:00	西成市民館 2階事務室	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

ぢりぢりと、蝋燭の燃えつくるごとく、
夜となりたる大晦日かな。（悲しき玩具より　石川啄木）

12月です. カレンダーもあと一枚となりましたね。平成最後の大晦日です。

英語で12月のことをＤＥＣＥＭＢＥＲ（ディセンバー）と言います。ディセンバーとは、10を意味する「ＤＥＣＥＭ（デセム）」というラテン語が、語源です。えっー、なんで12月なのに10なのって？思いませんか。古代ローマ時代は、一年は、10ヶ月だったそうです。後から、今の7月と8月を入れたそうです。9月のＳＥＰＴＥＭＢＥＲ（セプテンバー）のＳＥＰＴ（セプト）は、7を表す言葉です。つまり、二ヶ月のびて7月が9月になりました。もし、今も一年が10ヶ月だったら、忙しいでしょうね。二ヶ月分の給料は減るは、支払いは、急かされるは、ロウソクみたいに、身が細るでしょうね。

西成市民館を一年間、ご利用頂きありがとうございました。どうぞ、良いお年をお迎えください。市民館は、12月は28日まで開いています。1月は、4日からです。　　文責　河﨑

12月

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

⇔ 図書室10：00～16：30　開室時間を変更する場合があります。

⇔ ほのぼのカラオケ 14：30～16：30

⇔ ラジオ体操　16：00　仏現寺公園

⇔ 吹き矢　9：30～11：00

⇔ くつしたわっかVo9:00～11:00

⇔ ほのぼの卓球10：00～11：30

⇔ らぶりん体操　14：00～15：30

⇔ 忘れん坊茶屋　14：00～15：00

⇔ ふれあい喫茶　13：00～15：00

⇔ お口の健康相談会14：00～15：30

⇔ 市民館講座　14：00～15：30

〈〉 体力測定　14：(X)～16：(X)

第81回 病院だより

社会福祉法人
大阪社会医療センター付属病院
〒557-0004大阪市西成区萩之茶屋１丁目３番４４号 TEL06-6649-0321（代表）
医療福祉相談係 TEL06-6649-0325（直通）

★第4回健康教室のご案内★

代表的ながんのひとつに胃癌があります。胃癌は胃の粘膜にがん細胞が生じることでできる癌であり、初期症状がほとんどないことが特徴です。

今回は外科の田中部長に「胃癌について」を詳しく解りやすく説明していただきます。

多数のご参加をスタッフ一同お待ちしております。

第4回健康教室

テーマ	胃癌について
講師	田中 外科部長
日時	平成30年12月19日（水）午後４時から
場所	大阪社会医療センター付属病院　５階　医事受付前

西成市民館ニュース

お安い料金でお部屋が借りられます。

いつでもよろず相談受け付けます。

こんなホットな西成市民館を

来年もどうぞよろしくお願いします。

今月の忘れん坊茶屋は

クリスマス会

みんなでもりあがりましょう♪

12月21日（金）午後1時から

西成市民館３階講堂

参加費 200円

西成市民館　貸館利用のご案内

2階事務室で受け付けます。受付時間は 9:00 ～ 19:00 です。

申込みは、直接 西成市民館事務室までお越しください。

◎貸館の予約は 12/1～2/28 までの開館月が予約できます。
詳しくは事務所まで。
◎（社福）石井記念愛染園のホームページも見てください

		昼の部（9:00 ～ 16:30）	夜の部（17:00 ～ 21:00）	一日（9:00 ～ 21:00）
講堂（91.8 ㎡）		1,200円	1,500円	2,400円
会議室	A（23.5 ㎡）	600円	750円	1,000円
	B（14.2 ㎡）	300円	400円	600円

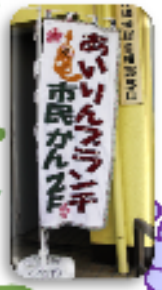
［有料備品］ マイクセット（300円）、カラオケセット（500円）、卓球セット（500円）、プロジェクター（500円）
スクリーン（200円）、空調（200円/1台1時間）、ガスストーブ（80円/1台1時間）、扇風機（150円）

［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

くらしや介護のご相談は？

西成区地域包括支援センターの出張所

場所：西成市民館２階事務室
日時：火曜日～土曜日
9：00～17：30



あいりん地域総合相談窓口（あいりんブランチ）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、対応させていただいております。
介護、医療、年金、就労など、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。

このの ほりが 目印(^^)/

TEL06-6633-7200　FAX06-6633-7203

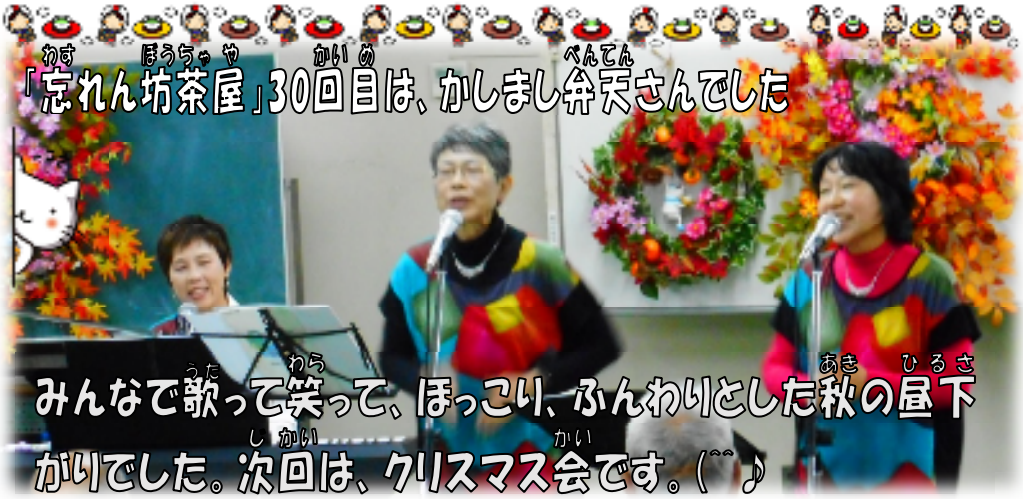
出前相談もOK！

くつしたわっかボランティアのみなさんで作成している
裏面の贈り物「ふわふわ玉」を、靴下リサイクル
作品展に応募したところ、全国270点
あまりの中から
「ふわふわ玉」が、
優秀賞をいただきました！

広陵町長賞（優秀賞）
表彰式に出席しました

西垣靴下工場
くつした工場見学にも行きました。

これからも、ボランティアのみなさん、地域のみなさんと協力しながら、たくさんの方々に笑顔になってもらえるような作品を作っていきたいと思います。ボランティアさん大募集中！！です！(^^)!



「忘れん坊茶屋」30回目は、かしまし弁天さんでした
みんなで歌って笑って、ほっこり、ふんわりとした秋の昼下がりでした。次回は、クリスマス会です。(^^♪

今年もお世話になりました。
来年も、あいりんブランチをどうぞよろしくお願いします。
高市・浅田

ラジオたいそう

毎週水曜日
午後4時～仏現寺公園

らぶりんたいそう

12月28日(金)午後2時から
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
「つしたわっかボランティア