

6月号

中鴻池リージョンセンター

グリーンパル



東大阪市 市制施行

50周年

発行所/中鴻池リージョンセンター企画運営委員会 <http://www.greenpal-c.com>

就任あいさつ

中鴻池リージョンセンター企画運営委員会
委員長 藤並マサ子

この度、企画運営委員を
感じていただける行事
長の大役をお受けし、責
を實施していただきます。

任の重大さに、身の引き
縮まる思いを感じている
また、地域の情報や、行
事等を広報紙(グリーン
パル)でお知らせしていま
ところでございます。

歴代委員長をはじめ、
委員の皆様が築いて来ら
れた伝統を受け継ぎ、微
力ながら任務を遂行する
所存でございます。

当委員会は、地域の特
性を生かしたまちづくり
を推進するため、健康づ
くりをはじめ、生きがい



第13期 企画運営委員 29・4・1(31)・31・31

【総務部会】

平成29年度定期総会にて役員は承認され、委員は、次のとおり。第13期企画運営委員会がスタートします。

【広報部会】

部長 松井 純(兼)
委員 永田節子：三島
委員 上西恵子：新庄

【生きがい部会】

部長 西川 仁(兼)
副部長 小橋寿萬代：中鴻池
副部長 山下節子：鴻池
副部長 奈良岡優幸：鴻池
委員 迫平八重子：中鴻池
委員 岸本又士：中鴻池
委員 田邊政利：中鴻池
委員 富本敬子：西鴻池
委員 寺戸史郎：中鴻池
委員 正木教夫：東鴻池

【事業部会】

部長 藤並マサ子(兼)
副部長 川上美代子：新庄
委員 佐々木忠雄：加納
委員 林 知子：新庄
委員 吉岡眞佐子：新庄
委員 室木アツ子：西鴻池
委員 北本加代子：西鴻池
委員 松本 茂：加納

【事務局】

事務局長 滝岡俊治

地域の介護

特殊詐欺に注意

近年、特に問題となつて
いる「詐欺被害」。オレオ
レ詐欺や還付金詐欺、架空
請求詐欺や融資保証金詐欺
等、あげていけばきりがな
い程、多種多様な手口での
詐欺が存在しています。

皆様も、常日頃から特殊
詐欺にご注意という言葉を目にする機会があると思
いますが、一番大切なことは、「事前防止」です。詐欺の
手口は「人を信じる」「家
族を助けたい」という思い
やりの心につけこみ、必ず
物事を急かしてきますので、
一度立ち止まって誰かに話

子育てでのヒント

「9歳の壁」を
就学前の豊かな遊びと
生活でのりこえる!

9歳の壁って何?

ちやうど小学3年の頃、
学習内容が抽象的な物(文
章問題や分数など)に変わ
り、勉強についていけない
子どもが増えていきます。

抽象的な思考は、後の学
習にもつながっていきます。
ジャンジャックソールは
乳幼児期は、「理性の眠り
の時期」として遊びの大切
さについて「エミール」中
で言っています。

家族健康まつり

一年に一度は
自分の体力を
見つめなおしましょう

今年度は事前申込で

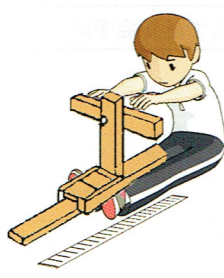
今年度は参加された方が
スムーズに測定できるよう
先着順ではなく、事前申込
制にし、定員を超えた場合
は、抽選とさせていただきます。

日時 9月10日(日)
費用 無料
定員 100人
締切日 8月25日(金)

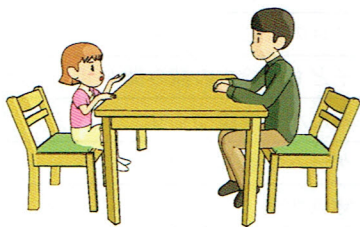
体力測定と結果分析

身長
血圧
筋力(握力)
筋持久力(上体起)
柔軟性(長座位体前屈)
平衡性
敏捷性
骨密度測定
体組成測定(体重体脂肪他)

保健師による健康相
談コーナーもあります



子育て情報発信ぷらっとホームでは、
7月2日すずかぜコンサートの
ときにカフェを開店します。
1杯50円のコーヒーを飲みながら
子育てなどについて話し合しましょう



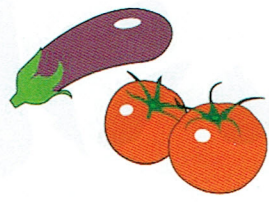
(子育て情報発信
ぷらっとホーム)

7月～9月の行事予定

※対象者：市内在住・在勤の方
 ※申込先：〒578-0975 東大阪市中鴻池町2-3-13
 中鴻池リージョンセンター企画運営委員会 宛
 ※申込み：「往復はがき」(二人一枚)に教室名・〒住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、申し込んで下さい。
 (申込多数の場合は抽選となります)
 ※6月からハガキ代が値上りしますのでご注意ください。

健康料理教室

日 時 7月9日(日) 10時30分～13時30分
 場 所 二階料理室
 内 容 夏野菜いっぱい
 ・なすとトマトの
 カレーマーマーボー
 ・ゴーヤの塩昆布あえ
 ・冬瓜のスープ
 ・デザート
 (献立内容を変更する場合があります)
 定 費 1,000円
 申 込 員 16人
 締 切 6月23日(金)必着



ストレッチとウォーキング教室

日 時 7月13日(木) 7月27日(木) 8月10日(木) 8月24日(木)
 10時～12時
 場 所 一階多目的ホール
 定 費 2,000円 (4回分)
 申 込 員 40人
 締 切 6月30日(金)必着

第13回グリーンパル みんなで歌おう

日 時 7月16日(日) 14時～16時30分
 場 所 二階音楽室
 定 費 500円(歌集代) 但し、歌集をお持ちの方は200円
 申 込 員 40人
 締 切 6月30日(金)必着

親子陶芸教室

「親と子で干支などの記念の一品を作ろう」
 日 時 7月23日(日) 13時30分～16時
 場 所 一階美術工芸室
 定 費 1,500円 小学生と保護者
 申 込 員 9組
 締 切 7月7日(金)必着



陶芸教室

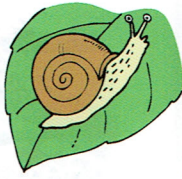
型起こしで大物を作ろう
 日 時 8月27日(日) 13時30分～16時
 場 所 一階美術工芸室
 定 費 2,000円
 申 込 員 12人
 締 切 8月11日(金)必着

夏休み工作フェスタ

大人も子どももいろいろな工作が楽しめます
 日 時 7月29日(土) 13時30分～16時
 場 所 一階多目的ホール
 定 費 一人300円 親子500円
 申 込 員 30人
 締 切 7月14日(金)必着
 工作内容
 ①ピノキオの旗振り人形
 ②竹でつくるかたつむり
 ③竹でつくるかえる
 ④アロマ手ごね石けん
 ⑤押し花小物
 ⑥風車
 ⑦その他

クラフト教室

荷造りテープで 駕籠を作ろう
 日 時 9月22日(金) 9月29日(金)
 9時30分～11時30分
 場 所 二階会議室
 定 費 500円(2回分)
 申 込 員 12人
 締 切 9月8日(金)必着



第11回 地域コーラス発表会

すずかぜコンサート

開催日 7月2日(日)
 場 所 一階 多目的ホール
 開 場 13時

このまち よりみち うたのまち

往復はがきの書き方記入例 (1人1教室1枚)

あなたの郵便番号 〒578-0975 あなたの氏名 あなたの住所 あなたの電話番号	教室名 郵便番号 氏名 住所 電話番号	〒5780975 東大阪市中鴻池町二丁目 三番十三号 企画運営委員会 宛
---	---------------------------------	---

平成29年度年間行事 (7月以降)

月	日	曜日	行事名	行事内容	月	日	曜日	行事名	行事内容
7	2	日	すずかぜコンサート (後援)	地域コーラス発表会	11	5	日	グリーンパルみんなで歌おう⑭	アコーディオン演奏で歌う
	9	日	健康料理教室	お話、調理実習、試食		11	土	ヘルシーウォーキング⑳	歩くことにより季節を感じる
	13					15	水	つくく体操	めっちゃ元気なまちやねん
	27	木	ストレッチとウォーキング教室	お話し、ストレッチ、ステップ		20	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり
	8/10					21	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防
	8/24					26	日	源氏物語解説	源氏物語をやさしく解説
	16	日	グリーンパルみんなで歌おう⑬	アコーディオン演奏で歌う	12	3	日	健康料理教室	お話、調理実習、試食
	17	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり		10	日	ピアノコンサート	アロマの香りの中名曲を奏でる
	18	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防		16	土	年忘れ芸芸大会	プロの演芸が楽しめます
	23	日	親子陶芸教室	親子で楽しく陶芸		17	日	えほんはともだち	子どもに絵本の読み聞かせ
	29	土	夏休み工作フェスタ	各ブースで工作を楽しむ		18	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり
8	21	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり		19	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防
	27	日	陶芸教室	型起こしで大物作品をつくる	1	15	月	定例グラウンドゴルフ	健康増進
9	10	日	家族健康まつり	体力測定と結果分析		16	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防
	18	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり	2	4	日	グリーンパルみんなで歌おう⑮	アコーディオン演奏で歌う
	19	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防		11	日	グリーンパルフェスタ	舞踊、コーラス、楽器演奏など
	22	金	クラフト教室	楽しく作るクラフトバッグ		14	水	認知症予防体操	体操で認知症予防
	29	金				19	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり
10	8	日	鴻池ジャズフェスタ (協賛)	ジャズコンサート		20	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防
	17	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防	3	4	日	健康料理教室	お話、調理実習、試食
	20	金	ふれあいグラウンドゴルフ大会 (予定)	グラウンドゴルフで交流を深める		19	月	定例グラウンドゴルフ	みんなで健康づくり
						20	火	健康麻雀	ゲームで認知症予防