

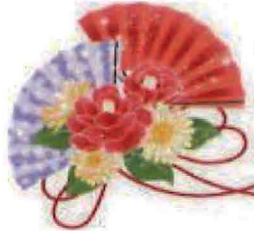
平成30年1月号 センターだより



川西高齢者福祉センター
〒792-0034
新居浜市滝の宮町3番3号
TEL・FAX (0897) 33-5685



謹賀新年



本年もよろしくお願ひいたします。
皆さまのご健康とご長寿を
お祈りいたします。

★ 1月の予定 ★

| 日 | 曜 | センター行事 他 | サークル 利用 | 健康相談 | | 風呂 |
|----|---|-------------------|--------------|------|----|----|
| | | | | 午前 | 午後 | |
| 1 | 月 | 休 | 館 日 | | | |
| 2 | 火 | 休 | 館 日 | | | |
| 3 | 水 | 休 | 館 日 | | | |
| 4 | 木 | | 陶芸・ともえ会 | ○ | | |
| 5 | 金 | | カラオケ・オカリナ・囲碁 | ○ | ○ | ◎ |
| 6 | 土 | | 陶芸・健康ダンス | ○ | | |
| 7 | 日 | 休 | 館 日 | | | |
| 8 | 月 | 休 | 館 日 | | | |
| 9 | 火 | わいわいレクデー | 詩吟・陶芸・藤おどりの会 | ○ | | |
| 10 | 水 | 体組成測定 | ともえ会 | ○ | ○ | ◎ |
| 11 | 木 | | 陶芸・ともえ会 | ○ | | |
| 12 | 金 | | カラオケ・オカリナ・囲碁 | ○ | ○ | ◎ |
| 13 | 土 | | 陶芸・健康ダンス | ○ | | |
| 14 | 日 | 休 | 館 日 | | | |
| 15 | 月 | セルフカラオケ | | ○ | ○ | ◎ |
| 16 | 火 | わいわいレクデー 健康教室 | 詩吟・陶芸・ハーモニカ | ○ | | |
| 17 | 水 | | | ○ | ○ | ◎ |
| 18 | 木 | 趣味の教室 | 陶芸・ともえ会 | ○ | | |
| 19 | 金 | | カラオケ・オカリナ・囲碁 | ○ | ○ | ◎ |
| 20 | 土 | | 陶芸・健康ダンス | ○ | | |
| 21 | 日 | 休 | 館 日 | | | |
| 22 | 月 | | | ○ | ○ | ◎ |
| 23 | 火 | わいわいレクデー | 詩吟・陶芸・藤おどりの会 | ○ | | |
| 24 | 水 | スマイルくらぶ 教養講座 | | ○ | ○ | ◎ |
| 25 | 木 | | 陶芸・書道 | ○ | | |
| 26 | 金 | | カラオケ・オカリナ・囲碁 | ○ | ○ | ◎ |
| 27 | 土 | | 陶芸・健康ダンス | ○ | | |
| 28 | 日 | 休 | 館 日 | | | |
| 29 | 月 | | | ○ | ○ | ◎ |
| 30 | 火 | わいわいレクデー 体組成測定 | 詩吟・陶芸 | ○ | | |
| 31 | 水 | | | ○ | ○ | ◎ |

全開館日

将棋 ♠

★ 当センターは、新居浜市在住の60歳以上の方がご利用できます。
受付にて、お名前等をご記入下さい
利用時間 8:30～16:30
サークル利用 10:00～15:30(休館日:日曜・祝日・年末年始)

★ お風呂は65歳以上の方が利用できます。
石鹸とタオルをご持参下さい。(月・水・金 13:00～15:30)

教養講座

お琴とギターとキーボード 演奏会

24日(水) 13:30～14:30

大広間にて

趣味の教室

季節の折り紙『椿』

18日(木) 13:30～14:30

生活相談室にて

健康教室～看護師の健康豆知識講座～

16日(火) 13:30～14:30 図書室にて

「知っておきたい脳梗塞のこと」

もしも、脳梗塞になったとき、おこりやすい症状や予防
について、聞いてみませんか?

体組成測定

一般利用者

10日(水) 10:00～10:30、13:00～14:00

福祉バス利用者

30日(火) 10:30～11:30



**セルフ
カラオケ**
1/15(月)
13:30～15:00
健康相談室
唄いに来ませんか?

爽やかな朝を
健康体操でスタートしませんか?
毎週月～土曜日 9:00～10:00
大広間にて
健康ストレッチ体操、ステップ体操
リズム体操 など
動きやすい服装でお越しください。
みなさんのご参加、お待ちしております。

今月の介護相談

「こんなこと聞いていいのかな?」⇩全然かまいません。少しでも不安なことがある方は、お気軽にご相談ください。
1月の相談日は、19日(金) 10:30～です。

お休みのお知らせ

24日(水)は「スマイルくらぶ」のため、「朝の健康体操」はお休みです。

