

平成29年 9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

わなげ大会



11日(月)~16日(金)
10:00~12:00、13:00~15:00 図書室

意外と奥が深い『わなげ』
チャンスは1回のみ。今年も景品を用意していますよ！
みなさん、ぜひともチャレンジしてくださいね~

輪投げがオススメな訳

- ① 簡単なルール
- ② 身体のトレーニング・リハビリに最適
(輪を握る握力、投げる腕力、微妙な力加減)
- ③ 適度な難しさ
身体能力が高い人でも、運動が低い人でも、等しく輪投げというレクに苦戦することになるはずですよ。
そして、適度な難易度のゲームというのが、人間最も楽しく感じるものです。

9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	金		カラオケ・囲碁・オカリナ	○	○	◎
2	土		陶芸・健康ダンス	○		
3	日	休 館 日				
4	月	セルフカラオケ	やよい会	○	○	◎
5	火	わいわいレクデー	詩吟・陶芸・ハーモニカ	○		
6	水		ともえ会	○	○	◎
7	木		ともえ会・陶芸	○		
8	金	体組成測定	カラオケ・囲碁・オカリナ	○	○	◎
9	土		陶芸・健康ダンス	○		
10	日	休 館 日				
11	月	わなげ大会(～16日)	やよい会	○	○	◎
12	火	わいわいレクデー	詩吟・陶芸・藤おどりの会	○		
13	水		ともえ会	○	○	◎
14	木		ともえ会・陶芸	○		
15	金		カラオケ・囲碁・オカリナ	○	○	◎
16	土		陶芸・健康ダンス	○		
17	日	休 館 日				
18	月	休 館 日 (敬 老 の 日)				
19	火	わいわいレクデー	詩吟・陶芸・ハーモニカ	○		
20	水	スマイルくらぶ		○	○	◎
		教養講座				
21	木	趣味の教室	ともえ会・陶芸	○		
22	金		カラオケ・囲碁・オカリナ	○	○	◎
23	土	休 館 日 (秋 分 の 日)				
24	日	休 館 日				
25	月		やよい会	○	○	◎
26	火	わいわいレクデー	詩吟・陶芸・藤おどりの会	○		
		体組成測定	健康教室			
27	水		ともえ会	○	○	◎
28	木		書道・陶芸	○		
29	金		カラオケ・囲碁・オカリナ	○	○	◎
30	土		陶芸・健康ダンス	○		

全開館日 囲碁・将棋 碁

☆ 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)
* 全開館日 囲碁・将棋

☆ 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

フラダンス鑑賞会

20日(水) 13:30~

大広間にて
みなさん、ぜひ
見に来てくださいね。

趣味の教室

『ペーパービーズのアクセサリ作り』

21日(木) 13:30から
生活相談室にて

要材料費

健康教室

生活習慣改善チャレンジ

~ 1に運動、2に食事~
26日(火) 13:30~

大広間にて
増えている生活習慣病と
その予防法についての

お話をきいて
みませんか?



セルフカラオケ

13:30~15:00
健康相談室
覗いて
来ませんか?

体組成測定のお知らせ

8日(金) 一般利用者
10:00~11:00 13:00~14:00
26日(火) 福祉バス利用者
10:30~11:00

健康相談室



体操お休み 20日(水) スマイルくらぶのため