



令和5年3月号 センターだより



シニア交流センター上部
〒792-0841
新居浜市中筋町1丁目6番8号
TEL・FAX (0897) 43-6338



★ 3月の予定 ★			
日	曜	センター行事 他	サークル 利用
1	水	ほのぼのくらぶ・防災訓練 ミニレクリエーション 令和5年度登録申請	
2	木	楽レク・ふれあいデー	カラオケ・陶芸
3	金	午後の体操	カラオケ
4	土		カラオケ・絵手紙
5	日	休 館 日	
6	月		花の会・輪踊
7	火		花の会・陶芸
8	水	体組成測定	フラダンス
9	木	楽レク・ふれあいデー	カラオケ・陶芸
10	金	映画観賞会	カラオケ
11	土		カラオケ・園芸・絵手紙
12	日	休 館 日	
13	月		花の会・輪踊
14	火		花の会・陶芸
15	水	ダーツ大会	
16	木	楽レク・ふれあいデー ダーツ大会	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
17	金		カラオケ
18	土	体組成測定	カラオケ・絵手紙
19	日	休 館 日	
20	月		花の会・輪踊
21	火	休 館 日 (春分の日)	
22	水	午後の体操	フラダンス
23	木	楽レク・ふれあいデー	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
24	金	すみのSOS	カラオケ
25	土		カラオケ・絵手紙
26	日	休 館 日	
27	月		花の会・輪踊
28	火		花の会・陶芸
29	水	ヨガ教室	
30	木	楽レク・ふれあいデー ヨガ教室	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
31	金		カラオケ
※開館日 囲碁・将棋・ビリヤード			

ダーツ大会

日時：3月15日(水)・16日(木)
10:00～11:45

場所：1階・娯楽室

参加賞あります。上位入賞者には賞品もあります。



映画観賞会 ～海峡～

日時：3月10日(金)
13:30～16:00

場所：2階・大広間

主演：高倉 健
吉永小百合



体組成測定 ※一般利用者対象

日時：3月8日(水)・18日(土)
10:00～11:00

場所：1階・生活相談室



☆筋肉量・体脂肪量・基礎代謝量・体内年齢
骨量などが簡単に測定できます。

健康体操・ヨガ教室 ※健康体操利用者対象

講師：西村栄子先生

日時：3月29日(水)・30日(木)
9:00～10:00

場所：2階・大広間



※各種ご予約は事務所までお願いします。

健康体操お休みのお知らせ

3月1日(水)ほのぼのくらぶの為

センターからのお知らせ

注意事項

☆新型コロナウイルス・インフルエンザ等の感染予防のため、検温・手指の消毒・靴下、マスクの着用、三密の回避にご協力をお願い致します。

☆少しでも体調が悪いと感じたときは、来館をご遠慮下さい。

☆館内で飲食される場合は、感染対策を徹底した上で、「黙食」でお願いします。詳しくは事務所にお問い合わせ下さい。

