

令和7年9月号 センターだより



シニア交流センター川東

〒792-0871
新居浜市八幡2丁目10番23号
TEL・FAX (0897) 32-2134



うんどうかい

健康レクリエーション大会のご案内

日時:9月18日(木)10:10~11:10
場所:2階大広間



みんなで楽しく体を動かしましょう
たくさんの方のご参加
お待ちしております。

生きがい支援講座(防災教室)のご案内

日時:9月10日(水)10:30~11:30
場所:2階大広間
講師:新居浜北署 川東分署
緊急の時に備えて避難の仕方、消火器の使い方
学びませんか??

※おたっしゃくらぶ登録者の体組成測定希望の方は
9:30~10:15までの間1階事務所で
測定させていただきます。



第5回スマホ教室開催のご案内

日時:9月11日(木)10:30~11:30
場所:1階健康相談室
講師:谷本 道子先生
募集人数:5名
(先着5名で締め切らせていただきます)
「使い方がわからない～」を
解消できるかも!



9月の予定

日	曜	センター行事 他	サークル 利用
1	月	ほっとカフェ	体組成測定
2	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
3	水	ほっとカフェ	フリーカラオケ
4	木	体組成測定	
5	金	チャレンジ教室	ほっとカフェ
6	土		陶芸 ソーイング
7	日	休 館 日	
8	月	ほっとカフェ	陶芸
9	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
10	水	おたっしゃくらぶ 防災教室	陶芸
11	木	スマホ教室	いっしょに遊ぼう会
12	金	ほっとカフェ	
13	土		陶芸 みんなで作ろう
14	日	休 館 日	
15	月	休 館 日	
16	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
17	水	ほっとカフェ	フリーカラオケ
18	木	健康レクリエーション	うきじま川柳会
19	金	ほっとカフェ	
20	土		陶芸 ソーイング
21	日	休 館 日	
22	月	ほっとカフェ	陶芸
23	火	休 館 日	
24	水	ほっとカフェ	フリーカラオケ
25	木	映写会	ハーモニカ
26	金	いっしょに遊ぼう会	
27	土	ほっとカフェ	
28	日	休 館 日	
29	月	ほっとカフェ	陶芸
30	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会

※ 全開館日 囲碁・将棋、ビリヤード

☆利用時間(午前8:30~午後4:30)

第1回チャレンジ教室～ルーシーダットン

日時:9月5日(金)10:15~11:30
場所:シニア交流センター川東(2階大広間)
～ルーシーダットン～を楽しみましょう!



仙人のヨガとも言われるタイ古式ヨガ【ルーシーダットン】の
基本的なポーズを取り入れた癒し系エクササイズを
楽しむ事により、ストレスを発散し、健康意識を高めます。
先着15名です。
定員になり次第締め切らせていただきます。

映写会 『東京は恋する』

開催日: 9月25日(木)13:00~14:35
場所: 1階 ビリヤード室
出演: 舟木一夫
和田浩二
伊藤るり子
山本陽子



20歳の舟木一夫が和田浩二と共演した青春歌謡映画

体組成測定のご案内

健康のパロメーターチェックしてみませんか!!
日時:9月 1日(月)13:00~14:00
4日(木)10:00~10:30
場所:1階 事務所
どなたでも、予約なしで測定できます。
興味のある方、測定してみませんか～



健康体操

心と体のリフレッシュ!健康体操へ来てみませんか
日時:月曜日～土曜日:9:00~9:50
場所:2階大広間
健康ストレッチ体操・リズム体操・ボール体操
ラバー・ダンベル体操 など
お休み:9月10日(水)おたっしゃくらぶのため



フリーカラオケ

日時:9月 3日(水)
17日(水)
24日(水)
13:00~15:00
場所:2階 大広間
どなたでも参加できます。

お楽しみ教室

日時:9月 2日(火)
9日(火)
16日(火)
30日(火)
10:30~11:30
場所:1階 健康相談室



ほっとカフェ

開催日:月 水 10:00~11:30
金 13:30~15:00
9/10(水)防災教室のためお休みです。

センターからのお願い

【警報時の利用について】

台風シーズンに入ります。

警報発令時、休館になる場合がありますので

不明な点は、事務所までご連絡願います。

9月1日は防災の日

日頃から、防災意識をもって行動できるよう準備しておきましょう。

【シニア交流センターは、新居浜市社会福祉協議会が運営しています。】