

令和7年11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



第3回チャレンジ教室

日時：11月7日(金) 10:15～11:30

場所：2階大広間

『肩こり・腰痛予防のための
ストレッチとリンパ・ツボ刺激によるセルフケア』



生きがい支援講座

ギターと歌のコラボコンサート

日時：11月12日(水) 10:00～11:15

場所：2階大広間

出演：守屋義則&Kazuさん



11月の予定



日	曜	センター行事 他	サークル 利用
1	土		ソーイング 陶芸
2	日	休 館 日	
3	月	休 館 日(文 化 の 日)	
4	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
5	水	ほっとカフェ	陶芸
6	木	体組成測定	
7	金	チャレンジ教室	ほっとカフェ
8	土		陶芸 みんなで作ろう
9	日	休 館 日	
10	月	ほっとカフェ	陶芸
11	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
12	水	おたっしゃクラブ (生きがい支援講座)	陶芸
13	木	気まぐれ教室	いっしょに遊ぼう会
14	金		ほっとカフェ
15	土		ソーイング 陶芸
16	日	休 館 日	
17	月	ほっとカフェ	陶芸
18	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
19	水	ほっとカフェ	陶芸
20	木	スマホ教室	うきじま川柳会
21	金		ほっとカフェ
22	土		陶芸
23	日	休 館 日(勤 労 感 謝 の 日)	
24	月	休 館 日(振 替 休 日)	
25	火	お楽しみ教室	カラオケ愛好会
26	水	ほっとカフェ	陶芸
27	木	映写会	
28	金		いっしょに遊ぼう会
29	土		ほっとカフェ
30	日	休 館 日	陶芸

※ 全開館日 囲碁・将棋、ビリヤード

機能訓練回復室の利用について

当センターでは、
マッサージチェアー 2台
ウォーターベッド 2台
スカイウエル 6台
完備しております。
無料で使用できます。
皆様のご利用お待ちしております。

比較的午後が
空いています。



センターからのお願い

入館時は必ず利用者受付簿への記入をして下さい。
当センターは新居浜市在住の60歳以上の方が
ご利用いただけます。



☆利用時間（午前8：30～午後4：30）

第7回スマホ教室開催のご案内

日時：11月20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！



体組成測定のご案内

健康のバロメーターチェックしてみませんか！！

日時：11月 6日(木) 10:00～10:30

10日(月) 13:00～14:00

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～



気まぐれ教室の開催

日時：11月13日(木) 10:00～11:00

場所：1階健康相談室

内容：おしゃれは指先から
～ネイルを楽しもう～ ②

募集人数：5名（先着順）



映写会 こんにちは、母さん

日時：11月27日(木)

10:00～11:50

場所：1階 ビリヤード室

山田洋二監督が吉永小百合を主演に迎え、
現代の東京下町に生きる家族が織りなす
人間模様を描いた人情ドラマ。



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：2F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：11月12日(水)おたっしゃくらぶのため



フリーカラオケのご案内

日時：11月 5日(水)



19日(水)

26日(水)

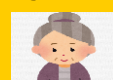
13:00～15:00

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：11月 4日(火)



11日(火)

18日(火)

25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

12(水)はギター演奏会のためお休み



いっしょに遊ぼう会

職員といっしょにお話ししながら遊びましょう

日時：11月 13日(木) 13:00～14:00

27日(木) 13:00～14:00



場所：1階 ビリヤード室