

『赤い羽根共同募金』今年も皆様のご協力をお願いします。(10月1日~3月31日)

# 令和8年1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



## 健康講座 ~ビューティーレッスン~

日時：2月4日(水) 13:30~15:30  
講師：POLA新居浜店  
定員：20名(先着順) 1月5日から募集開始  
内容：スキンケアとベースメイク



## 1月の予定

日	曜	センター行事 他		サークル 利用
		午前	午後	
1	木	休	館	日
2	金	休	館	日
3	土	休	館	日
4	日	休	館	日
5	月	カフェ		花の会・輪踊
6	火	カフェ		花の会・陶芸・マットサークル
7	水		生きがい支援講座	
8	木		楽レク・もくもく	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
9	金		午後の体操 カフェ	カラオケ
10	土	カフェ		カラオケ・絵手紙・園芸
11	日	休	館	日
12	月	休	館	日
13	火		カフェ	輪踊・花の会・陶芸
14	水	カフェ	フリーカラオケ	フラダンス
15	木	カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
16	金		映画観賞会	カラオケ
17	土	カフェ		カラオケ・絵手紙・クラフト
18	日	休	館	日
19	月		カフェ	花の会・輪踊・短歌
20	火	健康教室		花の会・陶芸・マットサークル
21	水	体組成測定 カフェ		スクエアダンス・書道
22	木		楽レク・もくもく	カラオケ・陶芸
23	金	すみのSOS		カラオケ
24	土	体組成測定 カフェ		カラオケ・絵手紙・クラフト
25	日	休	館	日
26	月	カフェ		花の会・輪踊
27	火		なんでもやろう会	花の会・陶芸
28	水		午後の体操	フラダンス
29	木	カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
30	金		フリーカラオケ	カラオケ
31	土		カフェ	カラオケ・絵手紙・クラフト

※全開館日 圧碁・将棋・ビリヤード

※当センターは新居浜市在住の60歳以上の方がご利用になれます。  
※ご利用時間：8:30~16:30  
※令和8年1月5日より開館します。

今年もよろしく  
お願いします

## 生きがい支援講座 ~新年会~

日時：1月7日(水) 13:30~15:00  
場所：2階・大広間  
内容：お正月遊び・じゃんけん大会



!POINT

## 健康教室 ~お散歩しよう~

日時：1月20日(火) 10:30~12:30  
一緒に散歩&外食しませんか？



!POINT

## なんでもやろう会

日時：1月27日(火) 13:30~15:00  
場所：生活相談室  
定員：7名  
内容：牛乳パックでミニショートケーキを作ろう



!POINT

## 楽レクふれあいデー

日時：毎週木曜日 13:30~15:00  
場所：生活相談室



!POINT

## もくもくクラブ

日時：第2・第4木曜日 13:30~15:00  
場所：娯楽室



!POINT

## 映画鑑賞会 ~喜劇・初詣列車~

日時：1月16日(金) 13:30~15:15  
場所：2階・大広間



!POINT

## フリーカラオケ

日時：1月14日(水)・30日(金) 13:30~15:30  
場所：2階・大広間



!POINT

## 体組成測定日

日時：1月21日(水)・24日(土) 10:00~10:30  
場所：1階・生活相談室



!POINT

## 午後のイキイキ体操

日時：1月9日(金)・28日(水) 13:30~14:30  
場所：2階・大広間



!POINT

## 健康体操

2グループに分かれて体操をしています。  
日時：月曜日～土曜日 9:00~10:00  
場所：2階・大広間



!POINT

## コミュニティカフェ

時間：10:00~11:30又は13:30~15:00  
場所：1階・生活相談



!POINT

## わくわくポイントカード

マークが付いた行事に参加してポイントをゲットしよう。  
貯まったポイントは、景品と交換できます。

