

『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



### 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

### 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

囲碁・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  
お祈りします

### 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：娛樂室



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



### 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



### 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



### わくわくポイントカード

POINT 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。



【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。】