

令和8年7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



白井歌声喫茶

POINT

日時：7月1日(水) 13:30~15:00
場所：2階・大広間
内容：ヨーヨーお手玉・ストレッチ体操・脳トレなど



なんでもやろう会

POINT

日時：7月27日(月) 13:30~15:00
場所：生活相談室
内容：かんたん・不思議・あそび工作



工作教室

日時：7月28日(火) 13:30~15:00
場所：1階・生活相談室



映画観賞会~あ・うん~高倉健主演

POINT

日時：7月17日(金) 13:30~15:20



ほっこりしようデー

POINT

日時：7月21日(火) 13:30~15:00
内容：脳トレ・切り絵(あさがお)



楽レクふれあいデー

日時：毎週木曜日 13:30~15:00



フリーカラオケ

POINT

日時：7月10日(金)・24日(金) 13:30~15:30



盆踊り練習日

POINT

日時：7月6日(月)・13日(月)・27日(月) 13:00~14:00
※8月3日(月)の盆踊り大会にむけて練習します。



西村栄子先生のヨガ教室

POINT

日時：7月8日(水) 13:00~14:00
場所：2階・大広間
※要予約 ☺ ヨガマットかバスタオルをご持参ください。



健康講座 いきいきと生きて逝くために・・・

POINT

日時：7月29日(水) 13:30~15:00
場所：2階・大広間
講師：新居浜協立病院



健康講座 骨盤底筋を鍛えて、尿漏れ予防！食事で快便

POINT

日時：7月31日(金) 13:30~15:00
場所：2階・大広間
講師：十全総合病院



お散歩しよう

日時：7月10日(金) 10:30~12:30
場所：小麦



体組成測定

日時：7月16日(木)・17日(金) 10:00~10:30
場所：1階・生活相談室



午後のイキイキ体操

日時：7月3日(金)・15日(水) 13:30~14:30



健康体操

(月・水・金)と(火・木・土)で分かれています。
日時：月曜日~土曜日 9:00~10:00



コミュニティカフェ

時間：10:00~11:30又は13:30~15:00



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。



7月の予定					
日	曜	センター行事 他		サークル 利用	
		午前	午後		
1	水		生きがい支援講座		
2	木		楽レク	カラオケ・陶芸	
3	金		午後の体操 カフェ	カラオケ	
4	土	カフェ		カラオケ・クラフト・絵手紙	
5	日	休館日			
6	月		盆踊り練習日	花の会・輪踊	
7	火	カフェ		花の会・陶芸・スクエアダンス みもぎ会・マットサークル	
8	水		ヨガ教室 カフェ	フラダンス・ひなの会	
9	木	カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸	
10	金	お散歩しよう	フリーカラオケ	カラオケ	
11	土			カラオケ・クラフト・絵手紙・園芸	
12	日	休館日			
13	月		盆踊り練習日 カフェ	花の会・輪踊	
14	火			花の会・陶芸 みもぎ会	
15	水	カフェ	午後の体操	スクエアダンス	
16	木	体組成測定 カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸	
17	金	体組成測定 カフェ	映画鑑賞会	カラオケ	
18	土			カラオケ・クラフト・絵手紙	
19	日	休館日			
20	月	休館日			
21	火		ほっこりしようデー	花の会・陶芸・スクエアダンス みもぎ会・輪踊	
22	水	カフェ		フラダンス・ひなの会・書道	
23	木		楽レク	カラオケ・陶芸	
24	金	すみのSOS	フリーカラオケ カフェ	カラオケ	
25	土	カフェ		カラオケ・クラフト・絵手紙	
26	日	休館日			
27	月		なんでもやろう会 盆踊り練習日	花の会・輪踊	
28	火		工作教室 カフェ	花の会・陶芸・スクエアダンス みもぎ会・マットサークル	
29	水		健康講座		
30	木	カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸	
31	金	カフェ	健康講座	カラオケ	

※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

【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。】