

令和元年

# 福祉センターだより

10月号



## ★第19回福祉センターまつり盛況に終わる★



9月21日(土)に福祉センターまつりを開催いたしました。当日は雨予報で天気がとても心配でしたが、一日曇り空で心地よい気温で、お祭り日和になりました。

300名ほどの方々に来ていただき、大盛況のうちに終わることができました。

利用者の皆様には準備や片づけ、当日のお手伝い等、ご協力いただき、また、盛り上げていただきまして本当にありがとうございました。



### ★ 今月のつとめ場 ★

- 🎵 10/2 10:00 ~ 12:00  
カラオケ教室コラボ
- 🎵 10/9 10:00 ~ 12:00  
スカットボール
- 🎵 10/16 10:00 ~ 12:00  
カラオケ教室コラボ
- 🎵 10/23 10:00 ~ 12:00  
ペンケース作り
- 🎵 10/30 10:00 ~ 12:00  
折り紙



～ ご参加お待ちしております! ～

### 季節の変わり目は体調の変化に注意

季節の変わり目は体調を崩しやすいといわれています。寒暖差によるストレスが原因で自律神経の乱れからくるものもあるそうです。

ご飯は朝・昼・晩の3食をしっかりと食べ、睡眠をたっぷりとり、リラックスする時間をとることが対策の一つと言われています。

暑かった夏の疲れも出る頃なので皆様、気を付けてください。

収集にご協力ありがとうございます!

★9月分の缶(アルミ・スチール)等の売り上げは 4,345 円でした。





# 10月の予定表



## 休館日の

### お知らせ

6・13・14

20・22・27日

## 主催事業の

### お知らせ

いきいきカレッジ

4・11・18・25日

カラオケ教室&つどい場

2・16日

つどい場

9・23・30日

健康体操(新規)

10・24日

男性のための筋トレ

&ストレッチ教室

5・19日

## 貸館のお知らせ

46期パソコン科OB

9・23日

パソコンあじさい

10・24日

48期パソコン科OB

8・15日

		主催事業	同好会
1日	火		パソコン撫子 いきいきふれあいの会 陶芸①
2日	水	カラオケ教室&つどい場	陶芸②
3日	木		革工芸 健康体操A 健康体操C 陶芸①
4日	金	いきいきカレッジ	
5日	土	男性のための筋トレ&ストレッチ教室	太極拳 陶芸②
6日	日		
7日	月		え~やろ仲良会②
8日	火		パソコン44会 書道 いきいきふれあいの会 陶芸①
9日	水	つどい場(スカットボール)	パソコン 陶芸②
10日	木	健康体操(新規)	健康体操B 陶芸①
11日	金	いきいきカレッジ	
12日	土		え~やろ仲良し会① 太極拳 陶芸②
13日	日		
14日	月	体 育 の 日	
15日	火		いきいきふれあいの会 陶芸①
16日	水	カラオケ教室&つどい場	陶芸②
17日	木		パソコン撫子 革工芸 健康体操A 健康体操C 陶芸①
18日	金	いきいきカレッジ	
19日	土	男性のための筋トレ&ストレッチ教室	太極拳 陶芸②
20日	日		
21日	月	手芸ボランティア	え~やろ仲良し会②
22日	火	即 位 礼 正 殿 の 儀	
23日	水	つどい場(ペンケース作り)	パソコン 陶芸②
24日	木	健康体操(新規)	健康体操B 陶芸①
25日	金	いきいきカレッジ(社会見学)	
26日	土		太極拳 陶芸②
27日	日		
28日	月	手芸ボランティア	え~やろ仲良し会①
29日	火		パソコン44会 書道 いきいきふれあいの会 陶芸①
30日	水	つどい場(折り紙)	陶芸②
31日	木		健康体操親睦会 陶芸①



共に歩もう！！ 笑顔で 元気で 協働で