



4/3(月)10:00より主催事業の  
新規申し込みが始まります！  
センター窓口、又はお電話にて受付！

- ★健康体操新規
- ★カラオケ教室
- ★男性のための体操教室
- ★男性のための筋トレ&ストレッチ教室

## 第1回スマホ講座

日時	5月16日・23日・30日（各火曜日）13:00～	
内容	画面の明るさ、スクリーンショット、QRコードの読み取り、LINEの使い方など	
講師	山本 聖也 氏	参加費 500円
対象	市内在住の60歳以上の方及び身体に障がいのある方	
定員	6名 <b>※新規の方優先！</b> （定員に空きがあれば過去に受講された方も可） 定員を上回るお申込みを頂いた場合は4/25(火)に抽選	
受付	4月10日(月)～4月22日(土)の期間で <b>センター窓口にて受付(※TEL 不可)</b>	



## 今月のつどい場

- 4/5 (水) 10:00～12:00  
カラオケ教室コラボ
- 4/12(水) 10:00～12:00  
スカットボールをしよう！
- 4/19(水) 10:00～12:00  
カラオケ教室コラボ
- 4/26(水) 10:00～12:00  
水彩画？にチャレンジ♪



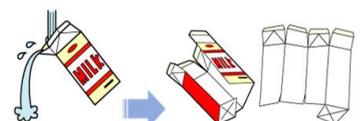
## 退職のご挨拶

2年と少しの間、お世話になりました😊  
皆様にはいつも温かく接して頂いて嬉しかったですし、話かけて下さった時には笑わせて頂く事もあって楽しかったです！  
水曜日のつどい場では、軽スポーツ時には皆様がゲームに楽しんでいる姿を見て、一緒に盛り上がる事ができて楽しかったです！  
クラフトの週では特に壁面飾りは皆様のご協力があって1つの大きな作品が完成したのを見て毎回感動しました！  
今後も皆様には老人福祉センターにお越し頂き、いきいきと元気に過ごし続けられる事を心より願っております！今まで可愛がって頂きまして誠にありがとうございました♥

濱上 久美子

収集にご協力ありがとうございます！

★3月分の缶(アルミ・スチール)等の売り上げは **3,315円**でした。  
※ひびきはばたき園では牛乳パックや小型家電の回収も行っております。





# 電話のシステムが変わりました！



ふれあいの里の電話システムの変更に伴い、老人福祉センターへ直接繋がるようになりました！  
電話の掛け方が少し変わったので下記の手順を参考にしてみてください🐱

- ①今まで通りふれあいの里に電話を掛ける。
- ②ガイダンスが流れるのでそれに従い、スマホの方は画面を操作し【1】を押す。  
固定電話の方は【1】のボタンを押すだけでOKです！

## ★スマホ画面操作方法★



お使いのスマホによって違いはあると思いますが、ふれあいの里に電話を掛けるとこのような画面になっていると思います。このままでは数字を押す事ができないので**キーパッド**や**ダイヤルキー**と表示されている  
●●● ←このようなマークを  
●●● 押して下さい。

すると



数字が出てくると思うので  
**1**を押すと老人福祉センターに  
直接繋がります♪  
分からない方は職員にお尋ねください！

## ★作品展終了しました★

1月23日より開催しておりました  
作品展・活動紹介(月間)が  
終了しました。準備や片付けに  
ご協力頂きありがとうございました！  
なお、作品や同好会活動・主催事業の  
スライドショーは引き続きホームページ  
より見られるようになっておりますので  
まだの方は是非ご覧になって下さい♪  
QRコード読み込むとスライドショーの  
ページに飛ぶことができます🌸🌸



## 初心者のための パソコン講座



これまでは10回コースの講座を  
年2回開催しておりましたが、  
今年度は3～5回のコースを年4回  
内容も初心者向けコースだけでなく  
チラシ作り、年賀状作りなど  
様々な内容を計画しております！  
詳細が決まり次第お知らせ致します。



毎週水曜日

# 令和5年度



## ★つどい場開催予定★

	カラオケ教室 &つどい場 (第1・3週)	つどい場 (第2・4・5週)		カラオケ教室 &つどい場 (第1・3週)	つどい場 (第2・4・5週)
4月	5日・19日	12日・26日	10月	4日・18日	11日・25日
5月	10日・17日 (第2週)	24日・31日	11月	1日・15日	8日・22日・29日
6月	7日・21日	14日・28日	12月	6日・20日	13日
7月	5日・19日	12日・26日	1月	10日・17日 (第2週)	24日・31日
8月	2日・16日	9日・23日・30日	2月	7日・21日	14日・28日
9月	6日・20日	13日・27日	3月	6日・13日 (第2週)	27日

## 月間スケジュール



第1週	<b>カラオケ教室&amp;つどい場</b> 10:00～ 課題曲の練習 小嘶・脳トレ・体操など ※カラオケ教室ご登録の方⇒無料	第2週	<b>つどい場(軽スポーツ&amp;カラオケ)</b> 10:00～ 軽スポーツ(カラオケ可) 11:20～ 小嘶・脳トレ・体操など ※参加費100円
	第3週		<b>カラオケ教室&amp;つどい場</b> 10:00～ 課題曲の発表・フリータイム 小嘶・脳トレ・体操など ※カラオケ教室ご登録の方⇒無料





# 4月の予定表

## 休館日の お知らせ

2日・9日・16日  
23日・29日・30日

## 主催事業の お知らせ

カラオケ教室①&つどい場  
5日・19日

つどい場  
12日・26日

カラオケ教室②  
5日・19日

健康体操(新規)  
13日・27日

男性のための筋トレ&  
ストレッチ教室  
1日

男性のための体操教室

## 貸館のお知らせ

46期パソコン科OB  
12日・26日

48期パソコン科OB  
11日・25日

パソコンあじさい  
13日・27日

カラオケ愛好会  
1日・8日  
15日・22日

日	曜	主 催 事 業	同 好 会
1日	土	男性のための筋トレ&ストレッチ教室	陶芸②
2日	日		
3日	月	手芸ボランティア	さわやかマンデー
4日	火		パソコンなでしこ いきいきふれあいの会 陶芸①
5日	水	カラオケ①&つどい場 カラオケ②	陶芸②
6日	木		健康体操A 健康体操C 健康体操D 陶芸①
7日	金		太極拳
8日	土		陶芸②
9日	日		
10日	月	手芸ボランティア	え~やろ仲良会
11日	火		書道 いきいきふれあいの会 パソコン44会 陶芸①
12日	水	つどい場	パソコン同好会 陶芸②
13日	木	健康体操(新規)	男性のための体操教室 健康体操B 陶芸①
14日	金		太極拳
15日	土		男性のための筋トレ&ストレッチ教室 陶芸②
16日	日		
17日	月		さわやかマンデー
18日	火		パソコンなでしこ いきいきふれあいの会 陶芸①
19日	水	カラオケ①&つどい場 カラオケ②	陶芸②
20日	木		健康体操A 健康体操C 健康体操D 陶芸①
21日	金		太極拳
22日	土		陶芸②
23日	日		
24日	月		え~やろ仲良会
25日	火		書道 いきいきふれあいの会 パソコン44会 陶芸①
26日	水	つどい場	パソコン同好会 陶芸②
27日	木	健康体操(新規)	男性のための体操教室 健康体操B 陶芸①
28日	金		太極拳
29日	土	昭 和 の 日	
30日	日		



共に歩もう！！ 笑顔で 元気で 協働で