

あおぞら

鷺宮高齢者福祉センター

〒165-0033 中野区若宮 3-58-10 3310-1171 FAX 3310-1172

(来て見て体験!交流事業)

折り紙交流会



グラウンドゴルフ交流会

5月11日(月)

午前10時~11時 2階 教養娯楽室

丸山保育園の園児さんといっしょに 折り紙を楽しみましょう。 申込み不要! 当日、直接センターまでお越し下さい。 5月21日(木)

午前9時~11時



双鷺公園 ※雨天中止 参加申込み:5月7日(木)~20日(水)まで 電話もしくは直接センターまで 大和保育園の園児さんが来ます。 にぎやかなグラウンドゴルフを楽しみませんか?

文化講座 「詩を楽しむ」(全8回)

第2回 室生犀星 愛と哀しみのうた

5月14日(木) 午前10時~12時

場 所:2階 教養娯楽室

講師: 菊田 守 氏

(日本現代詩人会・元会長)



6月開催予定



5月22日(金)までに

センタ一職員までお声かけください。

菖蒲湯



入浴は午後1時から4時まで 受付は当日午前9時から午後3時半まで 今年も病気をしないよう・・菖蒲湯はいかがですか?? 利用証がカードサイズに!

利用証が携帯しやすいようになりました。 随時、事務室で利用証の書き換えをしています。 詳しくはセンター職員まで

センター利用時は利用証を受付に提示下さい。



高齢者福祉センターを利用するときは、「利用証」が必要です。初めて利用される方は「利用証」を発行します。中野区在住の60歳以上の方で、生年月日等を証明できるものをご持参の上、利用登録をしてください。「利用証」記載事項に変更のある方は職員までご連絡ください。
*区外の方は、原則としてセンターをご利用になることは出来ません。

平成21年 5月の予定表

		<u> </u>					
	月	火	水	木	金	土	
		* 土曜日の浴室の利 * 各行事・講座などの	1 アロマテラピー 菖蒲湯	2			
3	4 みどりの日	5 こどもの日	振替休日		転倒予防教室	9	
10	11 折り紙交流会	12	13 │サンサン体技 あおぞらクラフ ゲンキ体操		15 転倒予防教室	16	
17	18	19	20 │サンサン体持 あおぞらクラフ ゲンキ体操		転倒予防教室	23	
3 1	2 5	26	27 カラオケ祭り実行委員会 ゲンキ体操	28 グラウンドゴルフ 会 カラオケ教室	転倒予防教室	3 0	
	サンサン体操	第2·3(水)	午前9時45分·	~ 10時45分 2階 教	 養娯楽室 〈登釒	录制》	
センター 事業	あおぞらクラブ	第2・3(水)	午前11時~		養娯楽室(登録		
	ゲンキ体操	第2·3·4(水) 午後1時半~		2時半 2階 教養娯楽室 〈登録制〉			
	やさしい折り紙	第1(木) 午後1時半~3時 3階 集会室 (登録制) 今月の課題は「つゆ草」です。 材料費120円。 折り紙・ボンド・つまようじ・はさみをご持参下さい。				录制》	
	アロマテラピー	第1(金) 午前10時半~11時半 2階 機能訓練室 (登録制) 今月の作品は「さわやかな香りのルームスプレー」です。 材料費800円。					
	グラウンドゴルフ	第1・2・3・4(木	:) 午前9時半	~ 1 1 時 双鷺公園	 雨天	中止	
	文化講座 詩を楽しむ	第2(木) 午前10時~12時 2階 教養娯楽室 今月のテーマは「室生犀星愛と哀しみのうた」					
	カラオケ教室	第4(木) 午前10時~11時半 2階 教養娯楽室 課題曲「のろま大将」 復習曲「風の宿」					
施設提供	舞台演芸 2階教養娯楽室	(金) 午前	前9時~11時半 <i>入</i>	.浴 (月)~ 受付I	(金) 午後1時~ は午前9時~午後3	_	
	マージャン 3階集会室	(月) 午前	前9時~正午 家	(火)・	(木) 午後1時 · (登録制	_	
	囲碁・将棋 3階集会室	(月) 午後1時~4時半		第3(注 療サービス (来館受		半~	
	卓 球 2階機能訓練室	(火) 午後	後1時~4時半	^{リ・灸・マッサージ)} (1回:9	00円) 〈登録制 利用の方は健康相談] }	
相	健康相談	(火)・(水)・(木) 午前9時~午			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
談	生活相談	随時お受けしま	す。	1 \$\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	事務室		