

3月号

平成26年3月1日発行
NO. 333

あおぞら

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

鷺宮高齢者福祉センター

♪さぎのみやフェスティバル♪

♪ 開催日時：3月28日（金） ♪

午前10時～午後3時



会場：教養娯楽室・機能訓練室



皆様への日頃の感謝をこめて、歌手の歌声やゲストによる演奏、落語や模擬店の素敵な感謝祭をお楽しみください！！
詳しくはポスターを見て下さい。

模擬店コーナー



時間：午前11時～午後2時半

- ・各種パン（100円）
- ・フランクフルト（100円）
- ・豚汁（100円）
- ・コーヒー（無料）



協力：ふらっとなかの・すばるカンパニー



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。

【第18回 松が丘シニアプラザ・鷺宮高齢者福祉センター合



春を呼ぶ作品展



日時：3月4日（火）～8日（土）午前10時～午後4時

（初日は正午から 最終日は午後3時まで）

場所：野方WIZ 2階展示ギャラリー（野方区民活動センター）



当センターからはあみものクラブ、双鷺絵手紙の会、楽しい手作り、
フォトサークル、よつば会、若松画会、しらさぎ押花会、ひだまりが出品しま
す。



春の演芸大会

日時：3月11日（火）

午前10時～午後3時

場所：2階 教養娯楽室

主催：春・秋の演芸大会実行委員会
鷺宮高齢者福祉センター

どなたでもご覧に
なれます!!



日本舞踊・大正琴・ウクレレ・フラダンス・オカリナ・カラオケ
など・・・お楽しみ下さい♪

暫定開設期間【4月から10月下旬(予定)】の 団体利用の活動スペースと申請について

2月25日(火)に『団体利用に関する詳細説明会』がありました。
その内容について、抜粋してお知らせします。詳細は説明会当日に配布された資料を確認してください。

■活動スペース■

- ・洋室1号(旧教養娯楽室) ※状況によって仕切り板で2部屋に分けて使用
- ・洋室2号(旧機能訓練室)



■活動時間■

- 午前の部・・・ 9:00～12:00
- 午後の部・・・ 13:00～17:00

■定例活動日の申請日■

利用する月の2ヵ月前の初日(平日)の9:00から受付
※4月、5月の申請は3月3日(月)から受付

■受付場所■

鷺宮高齢者福祉センター 1階事務所
※申請時は事務所で申請用紙を受け取り、その場で記入

■受付時間■

9:00～16:30(平日)
※集会室等使用団体登録証を必ずご持参ください

■追加申請■

空部屋があれば2週間前の同曜日から追加申請
※ただ、追加利用日の2週間前の同曜日土曜・日曜・祝日の場合は、
その前営業日から受付

【例1: 4月19日(土)・20日(日)利用の場合は4月4日(金)から受付】

【例2: 5月20日(火)利用の場合は5月2日(金)から受付】

■その他■

定例活動日においても確約されている訳ではありませんので、必ず申請をおこなって下さい。活動日が行事や祝日で使用できない場合は、希望があれば別の日に振替られますが、空いている部屋を申請して頂く事になります。また、利用のキャンセルや変更は事務所までご連絡下さい。

平成26年 3月の予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|----|-----------------------|--------------------|---|------------------|----|
| ※土曜日の浴室利用はできません。 ※各行事・講座などの内容については表面をご覧ください。 | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | 春を呼ぶ作品展 野方WZにて8日まで | サンサン体操 生活体力向上体操 | グラウンドゴルフ ロコモ・エクササイズ⑤ | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | | 春の演芸大会 | サンサン体操 生活体力向上体操 | グラウンドゴルフ アクティブ・エクササイズ | | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 春を呼ぶ作品展実行委員会 | | | サンサン体操 | グラウンドゴルフ 三療サービス(終日) ロコモ・エクササイズ⑥ | 春分の日 | |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 運営委員会 | | | | グラウンドゴルフ 健康カラオケ教室発表会 アクティブ・エクササイズ | さぎのみや フェスティバル | |
| 30 | 31 | | | やさしい折り紙 | | |



| | | | | | |
|---------------|--------------|-----------------------------------|-----------|----------|----------------|
| センター事業 | サンサン体操 | ◇第1・2・3(水) | 午前10時～11時 | 2階 教養娯楽室 | 《登録制》 |
| | 生活体力向上体操 | ◇第1・2(水) | 午後1時半～2時半 | 2階 教養娯楽室 | 《登録制》 |
| | アクティブ・エクササイズ | ◇第2・4(木) | 午後2時半～3時半 | 2階 教養娯楽室 | 《登録制》 |
| | やさしい折り紙 | ◇第4(木) 今月の作品は「かぶと」です。 材料費 120円 | 午後1時半～3時 | 3階 集会室 | 《登録制》 |
| | 健康カラオケ教室 | ◇第4(木) | 午前9時半～正午 | 2階 教養娯楽室 | 今日は『発表会』を行います。 |
| | グラウンドゴルフ | ◇第1・2・3・4(木) | 午前9時半～11時 | 双鷺公園 | 雨天中止 |

| | | | | | |
|-------------|------------------|--------------|-----------|----------------------|--|
| 施設提供 | ◎舞台演芸 2階教養娯楽室 | ◇(金) | 午前9時～11時半 | 入浴 (30分以内) | ◇(月)～(金) 1時～4時 受付は午前9時～午後3時半 《入浴利用上の注意》 飲酒・発熱・下痢・感染症をはじめ、 看護師が危険と判断した場合、 入浴をお断りすることがあります。 |
| | ◎マージャン 3階集会室 | ◇(月) | 午前9時～正午 | | |
| | ◎囲碁・将棋 3階集会室 | ◇(月) | 午後1時～4時半 | | |
| | ◎卓球 2階機能訓練室 | ◇(火) | 午後1時～4時半 | | |
| 相談 | 健康相談 1階健康相談室 | ◇(火)・(水)・(木) | 午前9時～午後4時 | 家族浴 | ◇(火)・(木) 午後1時～2時 《登録制》 |
| | 生活相談 1階事務室 | ◇ | 随時お受けします。 | | |