

老人福祉センターだより (尾道市在住の60歳以上の方が対象です)

いきいき きらきら

平成30年

11月
(しもつき)

- ◆老人福祉センターの教室申込受付は、ご本人のみとさせていただきます。
- ◆月曜日は休館日です。申し込み・問い合わせは火～日曜日をお願いします。

月	火	水	木	金	土	日
囲碁将棋クラブ・機能回復訓練室 ご利用の方へ  11月11日(日)健康まつり開催のため 11月9日～11日の間、使用を休止します。			1 3B体操を 体験しよう (10時～ 11時15分) (事前申込必要)	2 うたごえ体操 (10時～11時)	3★ 休館日 文化の日	4
5★ 休館日	6 	7 男のストレッチ (10時～11時)	8 うたを楽しもう (10時～11時) クッキング同好会 (10時～13時)	9★ <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">体う 操た 休ご みえ</div>	10★	11★
12★ 休館日	13 ぼかぼか体操 (10時～ 11時15分)	14 男のストレッチ (10時～11時)	15 むつみ会 (10時～ 12時30分) ※ひとり暮らしの方対象 よりあい広場 ※下記参照	16 うたごえ体操 (10時～11時) 	17 お気楽クラブ (9時30分～ 10時15分)	18
19★ 休館日	20 尾道市 福祉大会 ※裏面参照	21 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">休ス男 みトの レ ッ チ</div>	22 	23★ 休館日 勤労感謝の日	24 脳もいきいき (10時～11時) 申込必要 前日締切 資料代100円	25 
26★ 休館日	27 じんわり ストレッチ (10時～ 11時15分) 男の手料理同好会 火コース (10時～13時) 絵手紙同好会 (10時～12時)	28 男のストレッチ (10時～11時) 男の手料理同好会 水コース (10時～13時)	29 干支の押し絵を 作ろう(亥) (10時～15時) ※事前申込必要 	30 うたごえ体操 (10時～11時)	よりあい広場 ※尾道市民ならどなたでも 参加できます	

【冬の健康講座】
 日時 11月15日(木) 10時～11時
 場所 総合福祉センター2階 会議室
 講師 尾道市西部包括支援センター 職員
 ※人数把握のため申し込みをお願いします。

11月☆囲碁将棋クラブのお休み☆

3日(土)・5日(月)・9日(金)
 10日(土)・11日(日)・12日(火)
 19日(月)・23日(金)・26日(月)

※お休みの日を確認してご来館ください!



お問い合わせ・申し込み
 尾道市老人福祉センター

事務局：尾道市社会福祉協議会
 電話：0848(22)8385
 (迫田・京楽)