

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31年

2月

(きさらぎ)

- ◆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。
- ◆教室の開催は天候によって中止することがございます。ご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
囲碁・将棋クラブの方へ ~お知らせ~ いきいき大学発表会が2月2日(土)・3日(日)で行われるため、 2月1日(金)からお部屋が使用できません。ご了承ください。				1★ うたごえ体操 お休み	2★ いきいき大学 発表会	3★
4★ 休館日	5 ぽかぽか体操 (10時～11時15分)	6 男のストレッチ (10時～11時)	7 	8 うたごえ体操 (10時～11時)	9 お気楽クラブ (9時30分～10時15分) ※機能回復訓練室 利用者対象	10
11★ 休館日	12★ 休振館 替日	13 男のストレッチ (10時～11時)	14 うたを楽しもう (10時～11時)	15 うたごえ体操 (10時～11時)	16 筆記用具 色鉛筆を ご持参ください	17
18★ 休館日	19 	20 男のストレッチ (10時～11時)	21 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	22 うたごえ体操 (10時～11時)	23 脳もいきいき (10時～11時) 申込必要 前日締切 資料代100円	24
25★ 休館日	26 じんわり ストレッチ (10時～11時15分) ※じんわり棒持参 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)	27 男のストレッチ お休み 男の手料理同好会 水コース (10時～13時)	28 ここからケア (10時～11時) ※1階和室開催 	よりあい広場 ※尾道市民ならどなたでも参加できます。 『楽しく!無理なく!ウォーキング』 日時 2月21日(木)10時～11時30分 場所 総合福祉センター4階 大会議室 講師 陣内千鶴さん (デューク更家式ウォーキングスタイリスト) ※動きやすい服装・水分補給用の飲み物 ※人数把握のため、事前申込みをお願いします。 【参加申し込みは、社協事務所まで…】		

2月 囲碁将棋クラブのお休み

開催時間：13時～17時

1日(金)・2日(土)・3日(日)

4日(月)・11日(月)・12日(火)

18日(月)・25日(月)

(カレンダーの★印がお休みの日です)



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)