

# いきいき きらきら

- ◆老人福祉センターの教室申込受付は、ご本人のみ受け付けます。
- ◆問い合わせは火～日曜日をお願いします。(月曜日は休館日です)



月	火	水	木	金	土	日
<b>秋彼岸の風物詩『彼岸花』</b> 秋彼岸のころに開花することから、名付けられたという「彼岸花」。花と葉がつく順序がほかの植物と逆であることなどから、不吉なイメージでとらえられることがあります。しかし、異名の一つである「曼珠沙華(まんじゅしゃげ)」には、「天上の花」という意味があり、おめでたい出来事が起こるきざしともされています。					1	2
					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	
3★	4	5	6	7	8	9
休館日	よりあい広場『バサック体操』10時～11時30分	男のストレッチ(10時～11時)		うたごえ体操		
10★	11	12	13	14	15	16
休館日	ぽかぽか体操(10時～11時15分)	おス男のストレッチ	うたを楽しもう(10時～11時) クッキング同好会(10時～13時)	うたごえ体操(10時～11時)	筆記用具 色鉛筆をご持参ください。	
17★	18★	19	20	21	22	23★
敬老の日 休館日	休振館日替	男のストレッチ(10時～11時)	むつみ会(10時～12時30分) ※ひとり暮らしの方が対象	うたごえ体操(10時～11時)	脳もいきいき(10時～11時) 申込必要 前日締切 当日資料代100円	秋分の日 休館日
24★	25	26	27	28	29	30
休館日	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)	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)	60歳からのハワイアン・フラ(10時～11時)	うたごえ体操(10時～11時)	<b>9月23日 秋分の日</b> 昼と夜の時間がほぼ等しくなり、この日を境に昼が短く、夜が長くなります。	

## 9月☆囲碁将棋クラブのお休み☆

(場所：2階教養娯楽室 時間：13時～17時)

3日(月)・10日(月)・17日(月)

18日(火)・23日(日)・24日(月)



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)