

都福社会館便り5月号

令和4年4月15日発行

＊ ＊ お知らせ ＊ ＊

ホームページをリニューアルしました。

(新) アドレス「<http://miyakofukushi.jp>」または「都福社会館」で検索してみてください。

スマホ教室 もしも〜し

| | |
|------|--|
| 日時 | 5月30日(月) 会議室 A: 午前10:00~12:00 B: 午後1:30~3:30 スマホははじめて! 一度触ってみた〜い、使ってみたい! という方は、是非お申込みを |
| 定員 | A、B 各20名 いずれか |
| 申込方法 | 4月25日(月) から電話・窓口にて受付(先着順) |

認知症予防リーダー養成講座 ＊ ＊ ＊

| | |
|------|--|
| 日時 | 7月4日(月) 開講 全9回 外部会場での研修1回含む 認知症予防に関する知識や手法を学び、地域に広めていただく方を養成します。 |
| 定員 | 5名 |
| 申込方法 | 5/11(水) ~ 5/31(火) 窓口にて(先着順) |

| | | |
|--------|------|--------------------------------------|
| 休止中の事業 | 自由参加 | 風呂、卓球、歌好き仲間この指とまれ♪、喫茶みやこ |
| | 講座 | 社交ダンス、カラオケ、歌・コーラス、詩吟、健康マージャン |
| | 同好会 | 社交ダンス、カラオケ、歌・コーラス、オカリナ、謡曲、詩吟、健康マージャン |

ご理解のほど よろしくお願ひいたします。



ご利用についてのお願ひ



- ① 手指消毒・体温測定をしてからのご入館に ご協力お願ひします。
- ② マスクを必ず着用してください。(マスクのない方は入館できません)
- ③ 飲み物をご持参ください。(給茶機・冷水器は休止中、食事不可)
- ④ 受付でご利用時連絡先をお尋ねしています。

※発熱、咳、倦怠感などの症状がある方は、ご利用できません。

養生気功 ✨ ★

| | |
|------|---|
| 日時 | 5月6日、13日、20日、27日 いずれも金曜日 集会室 午後1:30~3:00 |
| 定員 | 各日 17名 いずれか1日 |
| 申込方法 | 4月20日(水)から電話・窓口にて受付(先着順) ※初日午前中は、電話のみ受付 |

健康相談 ♡♡♡

| | |
|------|---|
| 日時 | 5月13日(金) 午後1:30~2:30 あんどろファミリークリニック 安藤院長 |
| 申込方法 | 4月15日(金)から 電話・窓口にて受付 |
| 日時 | 6月10日(金) 午後1:30~2:30 大石ファミリークリニック 大石院長 |
| 申込方法 | 5月13日(金)から 電話・窓口にて受付 |

心♡からだキレイ! 体操教室 ♡♡

| | |
|------|--|
| 日時 | 5月14日(土) 午前10:00~11:00 集会室 ボール、ストレッチ、瞑想などをおこないます。 |
| 定員 | 12名 |
| 申込方法 | 4月22日(金)から 電話・窓口にて受付(先着順) |

昭和の散歩道 。°。°。

| | |
|------|---|
| 日時 | 5月17日(火) 午後1:30~2:30 集会室 昭和の時代を一緒に振り返り、思い出話に花を咲かせませんか? |
| 定員 | 13名 |
| 申込方法 | 4月19日(火)から 電話・窓口にて受付(先着順) |

サロン手芸 ✂️◆◆

| | |
|------|--|
| 日時 | 5月18日(水) 午後1:30~3:30 会議室 ちりめん根付「バラエティーフラワー」 材料費¥748- (税込) |
| 定員 | 10名 |
| 申込方法 | 4月20日(水)~5月6日(水) 材料費を添えて窓口にて受付(先着順) |

フレイル予防教室 !(^^)!

| | |
|------|--|
| 日時 | 5月20日(金) 午前10:00~11:00 集会室 予防方法を学び、みんなで健康づくりをしましょう。 |
| 定員 | 14名 |
| 申込方法 | 4月20日(水)~5月2日(月) 電話・窓口にて受付(抽選) |