

# 都福社会館便り 2月号

令和5年1月15日発行

※2月の卓球利用日※ 2/18、25（土）午後1：00～4：30の間

- ・プレー時にもマスクの着用をお願いします。（常時着用）
- ・当日、窓口でのお申込みが必要です。ラケットをお持ちの方は、ご持参ください。

※談話室のご利用ができるようになりました。

- ・ご利用人数に限りがありますので、受付でのお申込みが必要です。



## くらぶ6.5（認知症予防教室）(^.^)(^^)/

日時	4月～10月の6カ月間 回想法センター A：火曜日（午前10：00～12：00） B：火曜日（午後1：30～3：30） C：木曜日（午前10：00～12：00） 体操・音楽療法・脳トレなどをおこないます。
定員	A、B、C 各9名
申込方法	2月13日（月）～2月28日（火）電話・窓口にて受付（抽選）

## 認知症予防リーダー養成講座 ＊ ＊ ＊

日時	4月7日（金）、14日（金）、21日（金）、27日（木）、5月12日（金） 午前10：00～12：00 他4回（外部研修含む） 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	2月13日（月）～2月28日（火）窓口にて受付（先着順）

## 休止中の事業

自由参加

風呂、歌好き仲間この指とまれ♪、喫茶みやこ

ご理解のほど よろしく願いいたします。



### ご利用についてのお願い



- ①手指消毒・体温測定をしてからのご入館に ご協力をお願いします。
- 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、体調が悪い時は、福社会館の利用をご遠慮ください。

NEW!

健康講話「カラダは食べた物からできている」

日時	2月16日(木) 午後1:30~2:30	集会室
共催	株式会社 明治	
定員	20名	
申込方法	2月1日(水) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順)	

サロン手芸 ✂️ ◆ ◆

日時	2月15日(水) 午後1:30~3:30	回想法センター
	小物入れ「ニューぽっくり」	
材料費	1,045円	定員 9名
申込方法	1月18日(水)~2月1日(水) 材料費を添えて窓口にて受付(先着順)	

心からだキレイ! 体操教室  

日時	2月10日(金) 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	1月20日(金) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順)	

養生気功 ☆  ☆

日時	2月3日、17日、24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	1月23日(月) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順) 初日午前中は、電話のみ受付	

フレイル予防体操 !(^.^)!

日時	2月17日(金) 午前10:00~11:00	集会室
	体操、お口の体操、フレイルチェックなどをおこないます。	
定員	14名	
申込方法	1月25日(水) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順)	

昭和の散歩道 。。。。

日時	2月21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	1月17日(火) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順)	