都福祉会館便り3月号

令和6年2月15日発行

初心者向け講座　結果発表

２月15日（木）～3月14日（木）　館内にて掲示していますので、ご確認お願いいたします。

※当選された方は、「受講確認」のため、窓口にて「年間予定表等の資料」を必ずお受け取りください。

★追加募集講座　　詩吟講座

★追加募集期間　　2月15日（木）～3月30日（土）窓口にて先着順

都まつり

3月8日（金）午前の部 10：00～12：00　　午後の部 1：00～3：00

講座・同好会参加者による歌や・踊りの発表会　　どなたでもご覧いただけます。

※当日は、囲碁・将棋、入浴は、お休みさせていただきます。

作品展

3月1日（金）～3月23日（土）　講座・同好会参加者の作品展示

福祉会館めぐり賞品引き換え

2月1日（木）～3月30日（土）

都福祉会館を「受取館」とされている方は、窓口にてお渡ししております。

「福祉会館めぐりスタンプ用紙」をご持参ください。

リーダーサタデー（認知症予防リーダーによるレクリエーション）	
日時	A：体操　　3月9日（土）午前10：00～11：30　　集会室 体力アップのための体操と認知症予防に効果的な体操（コグニサイズ）を行います。 B：脳トレ　　3月16日（土）午前10：00～11：30　　会議室
定員	A：17名　B：15名
申込方法	2月21日（水）8:45～　電話・窓口にて受付（先着順）

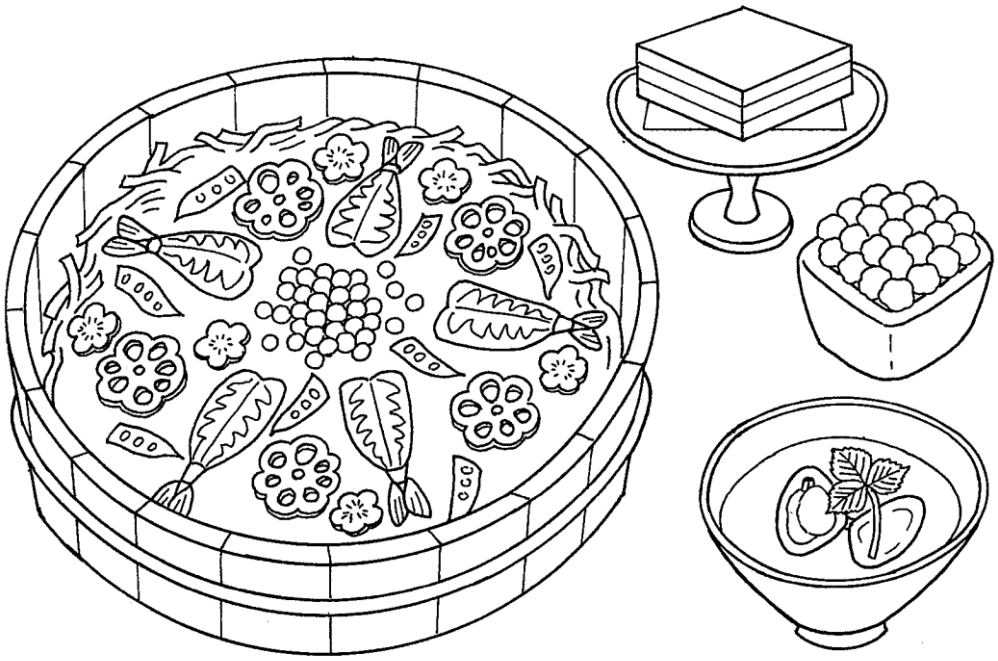
スマホ講座　ライン～♪	
日時	A：3月6日（水）LINE応用編と災害時の備え　　回想法センター B：3月18日（月）LINE応用編とセキュリティー A、Bどちらも 午後1：30～3：00 自分のスマホで習います。必ずスマホを持参してください。
定員	各5名　A、Bどちらか
申込方法	2月19日（月）8:45～ 電話・窓口にて受付（先着順）

養生気功 ✸ ★	
日時	3月1日、15日、29日　いずれも金曜日　　集会室 午後1：30～3：00
定員	各日　25名　いずれか1日
申込方法	2月20日（火）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

サロン「歌好き♪」(^^♪)　♫	
日時	3月13日（水）午後1：30～3：00　　回想法センター 楽器やカラオケCDに合わせてみんなで一緒に歌います。
定員	20名
申込方法	2月15日（木）8:45～ 電話･窓口にて受付（先着順）

健康相談 ❤ ♡ ❤	
日時	3月15日（金）午後1：30～2：30
担当医	本山クリニック　ふじわら内科　藤原道明院長 内科、消化器科、皮膚科、放射線科
申込方法	2月16日（金）8：45～ 電話･窓口にて受付

昭和の散歩道 。°。◦。	
日時	3月21日（木）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	2月15日（木）8：45～ 電話･窓口にて受付（先着順）

ひな祭りの塗り絵

・ちらし寿司
・ひし餅
・ひなあられ
・蛤のお吸い物