



都福社会館便り12月号

令和6年11月15日発行



都福社会館公式 LINEはじめました

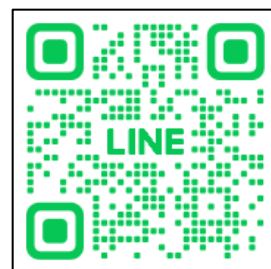
＊毎月のお便りや、講座情報をお知らせします！

- ・QRコードから登録

右のQRコードを読み込み、友達追加する

- ・IDで検索して登録

「@551kojih」で検索し、友達追加する



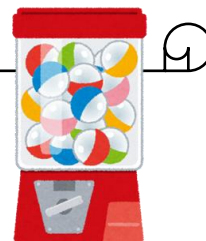
※登録にはLINEアプリの追加、初期設定が必要になります。

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。



☆福社会館めぐり(スタンプラリー)開催中☆

市内16区の福社会館を8館以上めぐって、スタンプを集めると「マルチポーチ」をプレゼント。さらに16館全て達成すれば、「防災ポーチ」もプレゼント。都福社会館では「ガチャガチャ」でお菓子が当たります。



健康相談 ♡ ♡ ♡

日時	12月13日(金) 午後1:30~2:30
担当医	イノシ外科内科リハビリテーション室 佐野真院長 外科、内科、リハビリテーション科
申込方法	11月15日(金) 8:45~ 電話・窓口にて受付

スマホ講座 (LINE応用編)

日時	12月18日(水) 午前10:30~11:30 回想法センター 自分のスマートフォン持参でLINEアプリの使い方を習います。
定員	9名
申込方法	11月15日(金) 8:45~ 電話・窓口にて受付(先着順)

養生気功 ✨ ★	
日時	12月6日、13日、20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	11月19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



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 12月14日（土）午前10:00～11:30 集会室 体力アップや認知症予防に効果的（コグニサイズ）な体操 B：脳トレ・ゲーム・マジック 12月21日（土）午前10:00～11:30 会議室
定員	A：17名 B：15名
申込方法	11月20日（水）8:45～ 電話・窓口にて受付（先着順）



やさしい手芸 ✂️ ◆ ◆	
日時	12月18日（水）午後1:30～3:30 回想法センター 2025年・布で作る年賀はがきセット
材料費	880円
定員	12名
申込方法	11月20日（水）～11月29日（金）材料費を添えて窓口にて受付（先着順）

サロン「歌好き♪」（^^♪） 🎵	
日時	12月11日、25日 いずれも水曜日 回想法センター 午後1:30～3:00 楽器やCDカラオケに合わせて一緒に歌います。
定員	各日20名 いずれか1日
申込方法	11月21日（木）8:45～ 電話・窓口にて受付（先着順）

昭和の散歩道 。°。°。	
日時	12月19日（木）午後1:30～2:30 回想法センター 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	11月21日（木）8:45～ 電話・窓口にて受付（先着順）

