

さいわい健康福祉プラザ便り



4月号

2016年4月1日発行

折り紙で作る三角モビール

4月11日(月) 午後1:30~3:30

折り紙で作る、カラフルな三角の飾りを作ります。
岩淵さんに教えていただきます。

申し込み不要
費用30円(材料費)
持ち物:針(1本のみ)



手仕事の会

毎月第2月曜日
午後1:30~3:30 於 広間

5月から毎月第2月曜日、皆さまで手仕事をする場を
設けます。プラザ行事で使うものを作るお手伝いをお
願いしたり、折り紙や手芸・編み物をしたり、ゆるー
く皆さまで楽しむ場です。ぜひお越しください!

年間日程(予定)

5月9日(月) 6月13日(月)
7月11日(月) 9月12日(月)
10月17日(月)* 11月14日(月)
12月12日(月) 1月16日(月)*
2月13日(月) 3月13日(月)
*祝日の場合は、第3月曜日になります。
*8月はお休みです。

前期講座(4~9月)のご案内

運動講座とスマホ・タブレット・パソコンの講座が自由参加方式になりました。お好きな時にお好きなものにご参加いただけます(受講料:無料)。

*2~4の講座は、利用証番号末尾の偶数・奇数によって参加できる日程が異なります。

*日程の前半は混雑が予想されます。余裕のある方は、中盤以降での参加をお願いします。

講座名	講師	曜日・時間・場所	日程	持ち物
1 リフレッシュ体操	清水泰平先生	(火) 13:15~14:15	①4/12 ②4/26 ③5/10 ④5/24 ⑤5/31 ⑥6/14 ⑦6/28 ⑧7/5 ⑨7/19 ⑩7/26 ⑪8/9 ⑫8/23 ⑬9/6 ⑭9/20	筆記用具 室内履き タオル 飲み物 運動ができる服装
		3F機能回復訓練室		
2 ※ はつらつ体操	青木泰代先生	(月)13:30~15:30	奇数 ①4/18 ②5/9 ③5/23 ④6/6 ⑤6/20 ⑥7/4 偶数 ①4/25 ②5/16 ③5/30 ④6/13 ⑤6/27 ⑥7/11	
		3F機能回復訓練室		
3 ※ ヨーガ 自律訓練法	大多和國男先生	(水)13:30~15:30	奇数 ①4/27 ②5/18 ③6/1 ④6/22 ⑤7/6 ⑥8/3 偶数 ①4/20 ②5/11 ③5/25 ④6/15 ⑤6/29 ⑥7/20	
		3F機能回復訓練室		
4 ※ 心と体を整える バランス体操	柏崎由紀子先生	(金)10:00~12:00	奇数 ①4/15 ②5/13 ③5/27 ④6/24 ⑤7/22 ⑥8/12 偶数 ①4/22 ②5/20 ③6/10 ④7/8 ⑤7/29 ⑥8/19	
		3F機能回復訓練室		
5 スマホ・タブレット 何でも相談講座	活き生きクラブ	(木)13:30~15:30	①4/14 ②4/28 ③5/12 ④5/26 ⑤6/9 ⑥6/23 ⑦7/14 ⑧7/28 ⑨8/25 ⑩9/8 ⑪9/29	スマホ、タブレット、パソコン(お持ちの方)
		2F クラブ室		

踊ろう会 随時参加OK!

市場芳子さんが指導して下さる、音楽に合わせて楽しく踊る会です。自分のペースでできる簡単な踊りなので、ふるってご参加ください。

4月7日・21日(木) 《場所》2階広間

午前10時30分～11時30分

【今後の日程】5月19日(5日はお休み)
6月2日・16日



健康相談

内科・整形外科の医師が月に2回来所しています。気になることなど、お気軽にお尋ね下さい。

《4月の日程》

内科…田村哲郎先生(田村外科)

7日(木)、21日(木) 13:00-14:30

整形外科…山本憲一先生(さいわい整形外科)

13日(水)、27日(水) 13:00-14:30

お知らせ

4月より、カラオケは、月・木曜日がお休みにあります。広間はお使いいただけますので、皆様のお越しをお待ちしております。また、貸室抽選日(原則第一火曜日午前中)および講座・行事等、広間が自由にご利用いただけない場合があります。

前期講座の申込結果のお知らせ

3月15日～19日に平成28年度前期講座の申し込み受け付けを行いました。多くのお申し込みをいただき、ありがとうございました。後期講座の申込受付は、9月となります。

	講座名	定員	申込人数	倍率
1	つるし飾り 初心者向け入門	10	55	5.50
2	日本近現代史	34	36	1.06
3	楽しい ハーモニカ	18	33	1.83
4	ペン習字入門	18	70	3.89
5	男の食彩	16	28	1.75
6	栄養講座	16	17	1.06

退職職員ご挨拶

長い間お世話になりました。皆様と出会えたこと、お話ができたこと、心より嬉しく感謝申し上げます。皆様に笑顔にたくて、相談員の仕事をしてきましたが、皆様にパワーをいただき背中まで押しいただいたのは、わたしの方かも知れません。たくさんの方と手をつなぎ、プラザを作ったこと、本当に誇りに思います。ありがとうございました。 看護師 望月公子

新入職員ご挨拶

こんにちは!ご挨拶が遅れてしまいましたが、今年1月よりお世話になっております、新人職員の杉本と申します!福祉に携わる仕事は初めてで最初はドキドキしておりましたが、先輩職員さんや利用者の方々がやさしくフォローして下さりとても有り難いです(^_^)まだまだミスをしてしまいますが、皆さま、どうぞよろしくお願いいたします! 杉本亜衣子

さいわい健康福祉プラザは、川崎市在住・60歳以上の方がご利用いただける施設です。

講座 行事 団体活動 カラオケ
囲碁・将棋 お風呂 健康相談 etc...

*ご利用にあたっては、健康保険証・運転免許証等をお持ちの上、2階受付で利用証を作成してください。

さいわい健康福祉プラザ(老人福祉センター)
〒212-0023 幸区戸手本町1-11-5(2階)
TEL 044-541-8000 (幸区役所となり)