

さいわい健康福祉フラザ便り



12月号

1月より始まる後期講座のお申し込みが始まります！！

リフレッシュ体操
定員:各20名
清水 泰平先生

カルトナーージュ
～生活小物を作ろう～
定員:10名
長尾 由紀先生

カラダ喜ぶ健康ヨガ
定員:20名
田所 直美先生

申込期間 12月1日(水)～12月10日(金)
午前9時～午後4時

お申込みは63円の郵便はがきをお持ちになって、ご本人が直接来所してください。

シニアの食とお口の健康の話しポート

11月11日(木)に幸区役所地域みまもり支援センター地域支援課より、歯科衛生士と管理栄養士を講師に迎え、『シニアのお口の健康のお話し』を開催致しました。終始和やかな雰囲気で行われ、1日10品目の食事の大切さや、誤嚥性肺炎について、お口の体操など、皆さん興味深く講義を聴き、実践できるお話など大変喜ばれてお帰りになりました。



ボッチャ体験会レポート

11月18日(木)に川崎市市民文化局の方を講師に迎え、『ボッチャ体験会』を開催致しました。8月に行われたパラリンピックでは日本代表選手が金メダルを取るなど、記憶にも新しい中、3人1チームとなり、皆さんボッチャを体験されました。初めてとは思えないほどの上達ぶりに、講師の先生もびっくりするほどの腕前にもなり、みなさん楽しまれました。



改めまして、参加していただきました皆様ありがとうございました。

【お願い】

さいわい健康福祉プラザでは、毛糸（中細）の寄付をお願いしております。

ご自宅に余っている毛糸（中細）をお持ちの方がいらっしゃいましたら、2階受付までお持ちください。（毛糸は、プラザ主催『手仕事の会』にて被災地や施設等に作品を寄付するために使わせていただきます）



年末年始のお知らせ

令和3年 12月29日(水)～

令和4年 1月3日(月)

さいわい健康福祉プラザは **休館** といたします。

*お風呂の年内の最終日は 12月27日(月) です。

今年も残りわずかとなりました。皆様にとって今年はどうな年でしたでしょうか？

プラザは、昨年引き続きコロナ禍でいろいろなことを縮小をしての1年でした。来年こそは平常通りに戻ることを願いたいと思います。 来年もどうぞよろしくお願いいたします。

皆様良いお年をお迎えください。

職員一同

生活相談担当職員による相談や、医師・看護師による健康相談を行っています。



生活相談

9：00～13：00

14：00～16：00

(週3日)

日常の心配事や、困り事など
お気軽にお声がけください！

生活相談員；佐藤 孝子

健康相談

内 科 田村 哲郎医師

12/15(水)ミニ講演会・12/22(水)

整形外科 山本 憲一医師

12/14(火)・12/28(火)

時間：13：00～14：30 場所：2階健康相談室

日程が変更になる可能性がありますので、事前
にご連絡下さい。(044-541-8000)



さいわい健康福祉プラザの
ホームページはこちらから



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。

ご利用にあたっては、本人確認書類（健康保険証・運転免許証等）及び緊急時の連絡先を用意の上、2階受付で利用証を作成してください。登録にあたり、緊急連絡先が必要となります。

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 TEL 044-541-8000