

宮崎市赤江老人福祉センター 1月号

宮崎市大字本郷南方字榎田2487番地4 ☎56-9371

赤江老人福祉センターは、田園風景の広がる緑豊かな本郷南方地区に位置しています。

センターでは様々な季節行事や健康教室が開催されているほか、色々なクラブ活動が盛んで

体操クラブ、社交ダンス、フラダンス、囲碁、レクダンス、手芸、カラオケ、健康麻雀等が行われています。

*利用資格は、宮崎市在住の60歳以上の方及びその介助者です。(許可証を発行します。)

*風呂は11時15分～15時(月～金)・土曜日のみ14時まで(タオル・シャンプー・石鹸等は持参下さい)

主なクラブ活動・行事予定

曜日	1月クラブ活動・主催行事*祝日等で変更になる場合があります。
月曜日	げんき体操(午前)・手芸教室(①ひまわり毎週②青空第3)
火曜日	OKADA教室(第1の午前)・健幸運動教室(第2～4の午前)・カラオケ(午後)
水曜日	げんき体操(午前)・健康麻雀(午後)
木曜日	フラダンス(第3の午前)・童謡を歌う会(第2の午前)絵手紙(第4の午前) レクダンス(第2.3の午後)・日向民謡会(第4の午後)
金曜日	げんき体操(午前)・社交ダンス(第2.3の午後)・大正琴(第4の午後)
土曜日	どんぐり体操(午前)・カラオケ(午後)

※歌唱系活動もマスク着用で再開しました。

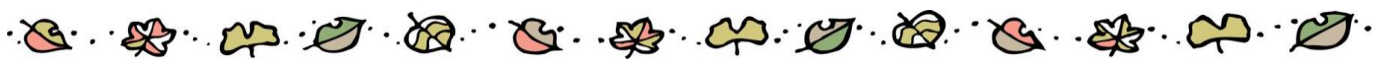
※赤江運動広場ではグラウンドゴルフをしています。

※囲碁は火・水・金で活動しています。

※施設行事については変更になる場合もあります。お問い合わせください。

	1月の主催行事予定(行事については申込みが必要です。)人数制限もあります。
4日(火)	(お正月遊び)ひむかかるた・お手玉・けん玉・ゲーゴルゲームで一緒に遊びませんか?
9日(火)	OKADA教室(黒木トレーナーのリズム体操等)申し込みが必要です。
11日(木)	童謡を歌う会(季節の歌を谷村先生の演奏に合わせて歌います♪)
21日(木)	看護師健康相談(血圧測定や健康について相談を行います)
*火曜日	宮崎市 健幸運動教室(今月は16日・23日)
30(火)	施設行事になっていますが、「生バンド♪」になるか「体操」になるか調整中です。
休館日	12月29日～1月3日(年末年始)

赤江老人福祉センター 12月施設行事写真



クリスマス飾りをしました。

12月5日OKADA教室川上トレーナー



和紙で作りました。

松ぼっくり工作



2023/12/05

12月7日(木) 出前講座「寄せ植え教室」

12月14日(谷村先生の童謡を歌う会)



2023/12/07



2023/12/14

12月15(金) 昭和歌謡生バンド

干支工作をしました。(辰の飾り物)



2023/12/15



2023/12/11