古城老人いこいの家　５月の催し

**宮崎市古城町孫太郎２４９４番地　☎５４－１６５０**

**・利用時間：午前９時～午後５時　　・クラブ活動等予定『詳しくは裏面』**

|  |  |
| --- | --- |
| **曜日** | **クラブ活動・行事** |
| 月曜日 | カラオケ　太極拳 |
| 火曜日 | 卓球　社交ダンス |
| 水曜日 | 卓球 |
| 木曜日 | グラウンドゴルフ　カラオケ |
| 金曜日 | カラオケ　健康相談　社交ダンス |
| 土曜日 | 太極拳　カラオケ |

**・・入浴時間：給湯器故障のため休止中です**

**・休館日：日曜日、国民の祝日、年末年始　　　（敬老の日は開館します）**

**今月の健康相談**

　５月２４日(金)　１０時～１２時

　　血圧測定・健康に関する相談承ります

第１回　自衛消防訓練

　　　５月23日（木）　１０時３０分～１１時

　　　　通報・避難・消火訓練

　　知って、学んで、実践しよう！

　　　～あなたの「いきいき手帳」でレッツ介護予防～

　　　5月　9日（木）10時30分～11時30分

　　宮崎市　地域包括ケア推進課　職員がお話します