

宮崎市赤江老人福祉センター 9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す。

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。)

*許可証発行の時にマイナンバーカード・保険証・免許証等で確認させていただきます。

*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)

主なクラブ活動予定

曜 日	9月クラブ活動*祝日等で変更になる場合があります。黒文字が基本クラブ活動
月曜日	げんき体操(午前)・手芸教室(午後①ひまわり毎週②青空第1)・社交ダンス(第5午後)・UNOクラブ(11:30)・囲碁(午後)
火曜日	OKADA教室(第1午前)・さわやか体操(第3午後)・市健幸運動教室(第2.4午前)・カラオケ(午後)・囲碁(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1午前)・絵手紙(第4午前)・レクダンス(第2.4午後)・日向民謡会(第3午後)・施設行事
金曜日	げんき体操(午前)・社交ダンス(第1.2午後)・和洋研(第3午後)・大正琴(第4午後)・囲碁(午後)
土曜日	どんぐり体操(午前)・カラオケ(午後)

※赤江運動広場ではグラウンドゴルフをしています。

※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。



	9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。
3日(火)	OKADA教室(岡田整形外科トレーナーの体操等)申込みが必要です。
5日(木)	交通安全教室(交通安全協会より)交通ルールを一緒に学びませんか?申込みが必要です。
9日(月)	輪投げ他ゲーム大会(体を使って、たし算・ひき算で脳トレもできます。)申込みが必要です。
12日(木)	みんなで歌う会(プロジェクターの画面で一緒に歌いましょう♪)申込みをお願いします。
16日(木)	敬老の日で閉館です。 上映会(みなさんのリクエストの映画を一緒に見ましょう)お楽しみに!
17日(火)	さわやか体操(中崎先生の体操です)申込みをお願いします。(定員25名)
19日(木)	スタンプ工作(落ち葉を使ってスタンプ工作をします)申込みが必要です。(定員16名です)
19日(木)	看護師巡回健康相談(血圧測定や健康について相談を行います)当日受付をお願いします。
20日(金)	和洋研による生バンド演奏会♪人数制限はありません。当日受付してください。
*	9月の市健幸運動教室は9月10日・9月24日の2回です。
*	大正琴クラブの発表会やフラダンス・社交ダンス・レクダンスはクラブ見学会をしています。



