

宮崎市 住吉老人いこいの家だより

令和7年12月1日

I. 10・11月に次のような行事をおこないました。

◆寄せ植え講座（広原保育園児との交流会）

10/24（金）宮崎市政出前講座「いきいきわくわく花講座」を開催しました。

当日は朝から曇り空で時々小雨が降っていましたが、始まる頃には止み、予定通り広場で開催できました。指導員の方の説明を熱心に聞き、素敵なお寄せ植えがたくさんできました。寄せ植えの後は、園児さんのかっこいい演技の発表とプレゼント交換がありました。何年振りかでやっと実現した交流会。とても楽しいひと時を過ごすことができました。



◆その他の行事



10/28（火）
「グランドゴルフ大会」



11/26（水）
「施設の花植え」



11/21（金）
「自衛消防訓練」



11/28（金） 介護予防教室
「カーリハ体操」

Ⅱ 12・1月に次のような行事をおこなう予定です。

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| *12月1日（月）～6日（土） | 「クイズ週間」 |
| *12月1日・15日（月） | 「いきいき健幸運動教室/月曜クラス」 |
| *12月5日・19日（金） | 「いきいき健幸運動教室/金曜クラス」 |
| *12月12日（金） | 「健康講座/意外と知らないこと」 |
| *12月23日（火） | 「看護師による健康相談」 |
| *12月24日（水） | 「夢創り人出前講座/スローエアロビック」 |
| *12月26日（金） | 「施設内外大そうじ」 |
| *1月5日・19（月） | 「いきいき健幸運動教室/月曜クラス」 |
| *1月9日・23日（金） | 「いきいき健幸運動教室/金曜クラス」 |
| *1月14日（水） | 「歩き続けられるために 背筋を鍛えよう！」 |
| *1月27日（火） | 「看護師による健康相談」 |

◆ 主なクラブ活動・行事

曜 日	クラブ活動・行事
月曜日	体操・真向法体操
火曜日	体操・グラウンドゴルフ・カラオケ
水曜日	体操
木曜日	体操・グラウンドゴルフ・カラオケ
金曜日	体操
土曜日	体操・グラウンドゴルフ・カラオケ（第2・4）

住吉老人いこいの家は、縁に囲まれ時折、小鳥のさえずりも聞こえる環境に恵まれた施設です。マッサージ機や高圧電位治療器のほか、毎日行っている体操も人気があります。このほか、隣接する広場でグラウンドゴルフが行われています。

施設利用についてのご案内

(利用のご案内)

- ・開館時間 午前9時から午後5時まで
- ・休館日 日曜日・祝日（敬老の日を除く）
年末年始（12月29日から1月3日）
- ・利用資格 宮崎市在住の60歳以上の方、及びその介助者
- ・利用料金 無料

(利用のしかた)

- ・個人で利用される方は、事務室へお申し出ください。
「使用許可証」を交付します。
- ・団体でのご利用は、事前にお申し込みが必要です。

《館長から一言！》

腰を痛めてしまい家でじっとしていたら嫁から「男はいいね、何もしなくて。女はそういう訳にはいかない。」と嫌味を言われました。確かに、現実はそうかもしれないが、理想は・・・。
もう12月です。今年は皆さんにとってどんな一年でしたか。来年はいこいの家に来て頂き、楽しく一年を過ごしましょう。

ご案内図

