



老人福祉センター

くすのき荘

～趣味と学習～

開館時間
午前9時30分～午後4時

〒343-0005 大杉 655

☎(979)6600 FAX(979)6680

3月・4月の
休館日

3月 5(日)・11(土)・19(日)・21(祝)・25(土)

4月 2(日)・8(土)・16(日)・22(土)・29(祝)・30(日)

初めてのボランティア講座

日 4月26日(水)
時 午後1時30分～2時30分
場 会議室
対 市内に住所を有する60歳以上の方
定 20人

内 ボランティアを始めたい方を対象とした入門講座です。
費 無料
申 4月13日(木)午前9時30分から本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)

布ぞうり作り講習会

日 4月25日(火)
時 午前9時40分～午後3時30分
場 美術室 定10人
対 市内に住所を有する60歳以上の方
内 室内履きの布ぞうり作り

費 1,000円(材料費)
申 4月10日(月)午前9時30分から本人が費用を添えてくすのき荘へ(電話不可、申込み順)



老人福祉センター

ひのき荘

～いきがいと交流～

開館時間
午前9時30分～午後4時

〒343-0827 川柳町 2-507-1

☎(973)7903 FAX(973)7904

3月・4月の
休館日

3月 7(火)・14(火)・22(水)・28(火)

4月 4(火)・11(火)・18(火)・25(火)

令和5年度 上期健康教室

対 市内に住所を有する60歳以上の方
内 健康体操や、健康に関する講話など
定 各部50人 費 無料
申 当日、1部は9時30分から、2部は10時から整理券を配布するので、本人がひのき荘へ。定員になり次第締め切り
持 運動しやすい服装、上履き、タオル、飲み物



コース	日程	時間	定員
1部	4月6日～9月28日までの毎週木曜日(祝日は除く)	10:00～10:45	各50人
2部		11:00～11:45	



健康教室の様子

『リハビリなんでも相談』開催のお知らせ

「腰が痛い」「肩が上がりにくい」「膝が痛い」「最近足腰が弱くなってきた」…など感じていませんか?

日常生活動作のアドバイスや自宅で簡単にできる体操の指導など、理学療法士等が相談に応じます。ぜひ、ご利用ください。

日 表のとおり 対 市内に住所を有する60歳以上の方 申 当日申込み順(先着8人)

施設名	実施日	時間	定員	場所
ゆりのき荘	3月 9日(休) 4月13日(休)	9:30～11:00	8人	機能回復訓練室
けやき荘	4月28日(金)	9:30～11:00	8人	和室
ひのき荘	3月10日(金)	9:30～11:00	8人	会議室



老人福祉センター4館共通



この日は、年齢を問わず、市民の方ならどなたでもご利用になれます。

ご利用の際は、受付にて氏名等の記入が必須となります。

施設名	実施日	催し物
けやき荘	3月11・25日(土)、 4月8・22日(土)	バンパー、卓球、オセロ、輪投げなど
くすのき荘	3月12・26日(日)、 4月9・23日(日)	映画上映(10:10～、13:10～計2回)、 ビリヤード、卓球
ゆりのき荘	3月18日(土)、 4月15日(土)	卓球、折り紙など
ひのき荘	3月5・12・19・26日(日)、 4月2・9・16・23・30日(日)	卓球貸出し: 10:00～15:00(申込み順、1日5組) おりがみ教室: 3月26日、4月23日10:00～12:00 (当日申込み)

*利用時間は、各老人福祉センターとも午前9時30分から午後4時までとなっております。

地域の皆さんとの交流の場

「ふらっと」がもう・おおぶくろ

「ふらっと」がもう

〒343-0836 蒲生寿町17-12 ☎(986)5115 休所日▷火曜日 開所時間 9時～17時

【講座の予定】

時 各日10:30～11:30 定 各日12人
申 不要・当日受付

日程	内容
3/ 1(水)	オカリナ演奏会
4/ 6(木)	アルソック講話/防犯カルタ大会

【3月・4月のオレンジカフェ】

日程	3/22(水)	4/26(水)

*毎月 第4水曜日 14:00～15:00

【ふらっと☆スマホ】

スマホの基本的な操作ができる方に向けた基礎と応用を学ぶ講座です。

日時 全5回(月1回) 10:00～11:00 初回4月8日(土) 定 5人(申込み順)
申 3月6日(月) から電話または直接申し込みください。

【スマホ☆ひよこコース】

スマホを初めて持つ方に向けた操作方法を一から学ぶ講座です。

日時 全4回(月1回) 10:00～11:00 初回4月10日(月) 定 4人(申込み順)
申 3月6日(月) から電話または直接申し込みください。



講座の様子

「ふらっと」おおぶくろ

〒343-0032 袋山1435-16 ☎(975)4000 休所日▷日曜日 開所時間 9時～17時

【3月の講座予定】

日程	内容
3/ 3(金)	介護予防体操
3/ 9(木)	手回しオルゴール
3/11(土)	スマホお悩み相談会(県立大生とスマートフォンマイスター)
3/24(金)	健康講座(包括大袋による簡単な体操、音楽、相談など)
3/25(土)	クールミントウイングス(昭和歌謡&オールディーズバンド)

【4月の講座予定】

日程	内容
4/ 8(土)	スマホお悩み相談会(県立大生とスマートフォンマイスター)
4/27(木)	マジック(手品)
4/28(金)	健康講座(包括大袋による簡単な体操、音楽、相談など)

*講座の時間は14:00～15:00(スマホお悩み相談会のみ13:30～14:45)
*申込み不要

【3月・4月のオレンジカフェ】

日程	3/17(金)	4/21(金)

*毎月第3金曜日 14:00～15:00

「ふらっと」のオレンジカフェは認知症の方やその家族の方等が安心して交流できる集いの場です。講座やイベントではなく、参加者相互で日々の出来事や悩みを語ります。専門職や認知症サポーターとの相談も可能です。



スマホお悩み相談会の様子