

麻生老人福祉センターだより 9月

麻生老人福祉センター（麻生いきいきセンター）〒215-0006 川崎市麻生区金程 2-8-3 電話 044-966-1549

※各種イベント・講座の申込に関しては、特記がない限り「市内在住 60 歳以上」の方を対象としています

敬老のつどい 9/12（金）

① **午前の部** 10:00～11:30（開場 9:30）

「利用者演芸会」出演者募集！

ステージで特技をお披露目しませんか

【申込】申し込み受付中

「出演申込書」に必要事項を記入の上、事務所に直接申込
（先着順/12組）

【その他】1組15名以内、ひとりでも可・1組5分程度・音源を使用する場合は確認のため9/5までに持参のこと
観覧は自由です

② **午後の部** 13:30～15:00（開場 13:00）

**丸尾有香メゾソプラノコンサート &
川崎市消防音楽隊カラーガード隊レッド・ウィングスによる演技演奏会**

【会場】2Fホール

【定員】先着 180名

【申込】申し込み受付中 電話または直接



R7 年度食生活講座後期

男の料理教室

	日程		時間	主菜 (諸事情により変更の場合あり)
	A日程(水)	B日程(木)		
①	10/22	10/23	9時半	豚肉と茸のケチャップ炒め のっぺ
②	11/26	11/27		
③	12/24	12/25	12時半	キャベツミートボールのトマト煮 ユッケジャンクッパ
④	1/21	1/22		

申込：9/1-25（消印有効・応募多数時抽選）

官製ハガキを窓口へ持参 又は 往復ハガキ※を郵送

※返信宛名：自身の住所・氏名

往信裏面：講座名・希望日程（A・B・どちらでも）・氏名

・電話番号・利用者番号（あれば）

材料費：2,800円（初回集金）

定員：各12名（市内在住60歳以上男性・4回全て出席のこと）

持ち物：エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具・マスク（調理時着用）

R7 年度 後期講座再募集のお知らせ

講座名	曜日	時間	教材費	募集人数
雑学！江戸東京史跡めぐり A	水	10-12時	300円	22名
雑学！江戸東京史跡めぐり B		13時半-15時半		20名
いつもそばにコーラスを（アルトパート）	金	13時半-15時半	1000円	2名
いつもそばにコーラスを（男性パート）			1600円	9名
Word初級	火	13時半-15時半	1000円	2名

申込：9/1（月）9時開始（日・祝は休館）

センターにて直接申込（電話受付不可）

先着順にて承ります

その他：再募集に限って60歳以上の市外居住者で利用証お持ちの方でも応募可・利用証は受付当日作成可

Word初級希望者は自身のPCのバージョンを申込時に確認します

おたっしや倶楽部

おなか元気教室

日時：10/1(水)10時～11時

会場：2F 会議室

定員：45名

申込：9/17(水) 9時より電話または直接（先着順）

講師：ヤクルトのおなかマスター

内容：①「おなかの話」

②「おなか体操」（動きやすい服装でご参加ください）

※ 参加者にはヤクルトのプレゼントあり！

【特別講座】テムズ川が語る

ロンドンの物語

ロンドンの歴史を巡りながら、文化・社会・建物・街などの物語をお伝えします。

日時：9/25（木）10時～11時半

会場：2F 会議室 / 定員：60名

講師：平本一雄氏

（東京都市大学名誉教授/工学博士）

申込：受付中 電話または直接（先着順）

認知症予防教室

予約不要

～頭とからだのエクササイズ～

- 日時：9/25(木) 10時～11時半
(毎月第4木曜)
- 会場：2F 体育室
- 持物：運動のできる服装・室内運動靴・飲物・タオル
- 講師：横瀬里美先生 (川崎 YMCA より)

R7年度 輪投げ大会

- 日時：10/29 (水) 13時半～15時半
- 会場：2F ホール
- 定員：30組 (5名1組) /1団体2チームまで申込可
※申込多数の場合、Bチームは抽選 (抽選結果は10/20までに通知)
- 申込：9/24-10/15 チーム代表者が電話または来館にて申込

～リハビリ教室～

予約不要

理学療法士の運動指導のもと転倒防止や腰痛予防、動きやすい身体作りを目指しましょう！
椅子に座ってできる運動中心ですので、
体力にご不安のある方でも気軽に参加できます！

会場：2F 体育室
対象：市内在住
60歳以上
持物：運動できる服装、
室内運動靴、飲物、タオル

- 日時：両日とも 14時～15時半
- 9/9 (火) 担当：麻生リハビリ総合病院

- 9/30 (火) 今月のみ第5週での実施です
担当：理学療法士 矢島先生

エコたわしを作るボランティア募集

～手仕事の会～

作品作りとおしゃべりを楽しみましょう

- 日時：毎月第2・4水曜
10時～11時半
- 会場：1F 工作室
- 対象：市内在住 60歳以上
- 申込：(初めてのの方は) 電話又は窓口にて

各種相談事業

～できるだけ事前にお申込みください～

◆内科相談◆

9/9 (第2火曜・4火曜休診)
13時半～15時
担当医 吉松医師
(吉松クリニック 院長)

◆整形相談◆

9/3 14-15時半
9/17 14時半-16時
担当医 笹尾医師
(セントラル整形外科 院長)

◆生活相談◆

月・水・金 10時～15時半

生活相談員

～ギャラリー展示のお知らせ～

9/8 (月) -9/20 (土)
プルメリア
9/22 (月) -10/4 (土)
麻美会

パソコン相談

個別相談/お一人 60分の相談

NEW!!

- 相談日時● 毎週木曜 10時～、11時～/第四月曜日 13時～、14時～
相談日 1週間前までに要予約
当日は PC をお持ちください・センターのデスクトップ PC もご利用いただけます
※第四月曜日の実施は 9 月からです。祝日の場合はお休みとなります

スマホ相談

個別相談/お一人 30分の相談

- 相談日時● 毎月第二火曜・第四月曜 相談日 1週間前までに要予約
10時～、10時40分～、11時20分～
当日はスマートフォンをお持ちください

ポッチャ&輪投げ練習 一般開放

川崎市内在住の方であれば、年齢を問わず練習ができます。開放時間内は出入り自由ですので、お気軽にご参加ください。

日時：9/4 (木)
9時-12時・13時-15時
10/22 (水) 9-12時

会場：2F 体育室



センターからのお知らせ

- ① 9月の麻雀は、9/3(水)・20(土)です。9時より大広間前に受付簿を出します、13時よりプレイできます。
- ② 9/6 (土) は工事のため終日ゲートボール場の利用が出来ません。また、工事車両の出入りのため駐車場の利用台数が限られます。雨天の場合は9/20 (土) に実施。
- ③ 9/15 (月) 敬老の日開館します。入浴も可。