

令和6年度短期講座 受講者募集

1 「アロマで心も身体も元気になろう! ②」

日 時: 令和6年12月16日、令和7年1月20日、2月3日 全3回
月曜日 13時30分～15時

場 所: 宮前いきいきセンター 2階教養室

対象者: 川崎市内在住60歳以上の方10名 教材費: 2,000円



2 「はじめてのマジック2」

日 時: 令和6年12月4日～令和7年2月26日 全6回
水曜日 13時30分～15時

場 所: 宮前いきいきセンター 1階会議室又は2階教養室

対象者: 川崎市内在住60歳以上の方12名 教材費: 100円



3 「脳と体のいきいき教室Ⅲ」

日 時: 令和6年12月3日～令和7年2月18日 全8回
火曜日 10時～11時30分

場 所: 宮前いきいきセンター 4階ホール

対象者: 川崎市内在住60歳以上の方25名 教材費: 200円



4 「一緒に学ぼう! スマホ講座②」

日 時: オリエンテーション 令和6年12月11日 水曜日 14時～15時

講座 令和6年12月25日～令和7年2月12日

水曜日 13時30分～15時30分

場 所: 宮前いきいきセンター 4階ホール

対象者: 川崎市内在住60歳以上の方12名 教材費: 500円

※オリエンテーションの日は時間が違うので御注意ください。



1～4の申込方法等

11月1日(金)～15日(金)に、必ず受講を希望される御本人が事務所窓口でお申込みください。〔日曜・祝日を除く9時～16時〕 **【抽選】**

《抽選結果の受取方法について》

(1) 郵送による受取りを御希望の場合

85円の通常はがき(抽選結果の返信用)を御持参ください。当選された方は、このはがきが「受講決定通知書」となります。

(2) 郵送による受取りを希望されない場合

お申込みの際に「受付番号の控え」をお渡しします。抽選結果は11月21日(木)以降、館内掲示とともに「宮前区社会福祉協議会」のホームページに掲載します。当選された方は「受付番号の控え」を御持参の上、控えに記載の期日までに、窓口で「受講決定通知書」をお受取りください。



令和6年度 宮前いきいきセンター作品展



日頃からセンターで活動されている登録団体の作品を展示しています。
ぜひ、御覧ください♪

《日程及び展示団体》

- ① 10月24日(木)～11月5日(火) 俳句ゆりの木、ひまわりの会
宮前写真倶楽部
- ② 11月7日(木)～11月19日(火) 手芸の会、川柳みやまえ
遊墨会

【展示場所】宮前いきいきセンター 1階ロビー (日曜、祝日を除く9時～16時)

医師による健康相談

内科：高橋先生

11月1日・15日(金)

整形外科：北見先生

11月8日(金)

※11月22日(金)の健康相談は、北見医師による健康講座(予約制)のため、お休みします。

いずれも13時30分～14時30分です。

地域包括支援センタービオラ宮崎による11月の出張相談&介護予防ミニ講座

介護予防ミニ講座「あんしんセンター」の話

日時：11月21日(木)12時30分～13時30分

場所：1階会議室にて 定員：12名 【抽選】



詳細は地域包括支援センタービオラ宮崎(☎044-948-5371)にお問合せください。

また、当日は相談もお受けします。高齢者の皆様の介護に関する相談や心配事、健康や福祉に関する悩みについてお気軽に御相談ください。

※高齢者御本人だけでなく、その御家族、近隣に暮らす方など、どなたでも相談できます。

看護師による相談

看護師による健康相談を随時行っております。

生活相談(月・水・木)

日常の心配事、困り事などお気軽に御相談ください。

※御希望の方は事務所へお声かけください。



令和6年11月 講座・行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1  健康相談 (内科) 気功⑤ 硬筆③ コーラス③	2
3	4	5	6 	7 	8 	9
文化の日	振替休日	脳いきⅡ⑦ ポッチャ③		紫式部日記を読む⑤ 折紙④ メンテナンス 体操A③	健康相談 (整形) 気功⑥ 日本史の 教科書A⑤	
10	11 	12	13  	14 	15 	16
休館日	和手芸⑤	ピラティス⑤	パソコン相談 男性の料理② ゆるから体操③	気軽に学べる 認知症予防講座	健康相談 (内科) 気功⑦ 硬筆④ コーラス④	
17	18 	19	20 	21 	22 	23
休館日	和手芸⑥	脳いきⅡ⑧ ポッチャ④	ゆるから体操④	包括相談& ミニ介護予防講座 紫式部日記を読む⑥ 折紙⑤ メンテナンス 体操A④	健康講座 (ひざ痛の原因や 対処法)	勤労感謝の日
24	25 	26	27  	28 	29 	30
休館日	和手芸⑦	ピラティス⑥	パソコン相談 ゆるから体操⑤	健康フェア	気功⑧ 日本史の 教科書B①	



【パソコン・スマホ・タブレット相談】

原則として、毎月第2・第4水曜日 13時～15時 (予約制)

★11月の予約は11月1日 (金) 9時からです。

(毎月1日から、土日祝日の場合は次の平日から)

※スマホ・パソコン・タブレットは御自身の物をお持ちください。相談内容によっては、お答えできない場合もございます。御了承ください。



メロコス体操 月・水・木・金 9時～11時

3階大広間でDVDを上映していますので、自由に御参加ください。
ラジオ体操のように、気軽に体操を楽しめます♪

【講座・イベント情報の検索】

- ① 「宮前区社会福祉協議会」のホームページで御覧になれます。ホームページ画面右上の「もぎたて情報」をクリックしてください。
- ② 右にあるコードを読み取ると宮前いきいきセンターの画面へ直接進めます。
- ③ 広報誌アプリ「マチイロ」を入れると宮前区版以外の市政だよりも御覧になれます。



☆利用者満足度調査実施のお知らせ☆

施設の運営をより良いものにするため、「利用者満足度調査」を実施いたします。

期間：令和6年11月5日(火)～12月7日(土)

※アンケート用紙は、御記入後1階ロビーの回収箱に入れてください。
皆様の御協力をよろしくお願いいたします。

《御来館の皆様へ》

新型コロナウイルス感染症の法的位置づけは変更されましたが、高齢者が感染した場合の重症化リスクは高いとされていますので十分注意が必要です。

感染防止に有効とされている基本的な感染症対策に御留意ください。

【基本的な感染症対策】

- ☆体調不安や症状がある場合の自宅療養、医療機関の受診
- ☆手洗い等の手指衛生
- ☆三密（密閉・密集・密接）の回避、対人距離の確保
- ☆窓開けによる換気
- ☆その場に応じたマスク着用や咳エチケット

※発熱等の症状がある場合や体調不良の場合、検査で陽性となった場合、同居家族等に陽性となった方がいる場合は、来館をお控えください。また、御自身の安全のため、感染症による重症化を引き起こし得る疾病をお持ちの方は、医師に相談するなど、施設の利用を慎重に御検討ください。

※感染症の状況により、講座や行事等を中止することがあります。御了承ください。



宮前いきいきセンター
(宮前老人福祉センター)
〒216-0033
川崎市宮前区宮崎2-12-29
(田園都市線宮崎台駅下車徒歩2分)
TEL 044-877-9030
FAX 044-877-9232
令和6年11月1日発行