

受講者募集のお知らせ

①「カルトナージュでかわいい小物作り」

日 時 12月18日、1月15日、29日 全3回
木曜日 13時30分～15時30分
場 所 2階教養室 教材費 3,000円
対 象 川崎市内在住60歳以上の方 12名



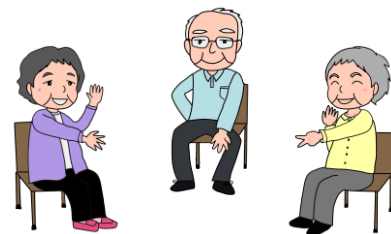
②「アロマで心も身体も元気になろう！」

日 時 12月19日、1月16日、2月6日 全3回
金曜日 13時30分～15時
場 所 2階教養室 教材費 2,000円
対 象 川崎市内在住60歳以上の方 10名



③「脳と体のいきいき教室Ⅲ」

日 時 12月9日～3月24日 全8回
火曜日 10時～11時30分
場 所 4階ホール 教材費 200円
対 象 川崎市内在住60歳以上の方 25名



【①②③の申込方法】

11月1日(土)～15日(土)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。〈抽選〉(受付:日曜・祝日を除く9時～16時)

≪抽選結果(受講決定通知)の受取方法について≫

(1) 郵送による受取りを希望される場合

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(金)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。「受付番号」で結果が確認できます。

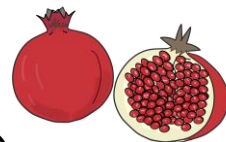
健康相談： 看護師による健康相談を随時行っております。

生活相談： 月・水・木曜日 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がけください。

医師による健康相談

内科：高橋医師
11月19日(水)

整形外科：北見医師
11月14日・28日(金)



※11月7日(金)は、高橋医師のミニ講習会『**気管支喘息(※予約制)**』のため、健康相談をお休みします。

いずれも 13時30分～14時30分です。

11月の地域包括支援センター出張相談日

『宮前平地域包括支援センター』



11月28日(金) 10時50分頃

メロコス体操参加後
★10時30分から一緒に体操
もできます♪

『地域包括支援センタービオラ宮崎』

11月14日(金) 11時30分頃

講座における説明会終了後

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、御本人だけでなく、御家族や近隣の方も相談できます。

川崎市から委託を受けた公的な相談窓口ですので、お気軽に、安心して御相談ください。

☆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アンケート調査を実施いたします。

期 間： 令和7年11月1日(土)～11月29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。



令和7年度 宮前いきいきセンター作品展



センターで活動されている登録団体の作品を展示いたします。
ぜひ、御覧ください♪

★10月30日(木)～11月11日(火)

宮前写真倶楽部、野の花、ひまわりの会、モリスパーティー

★11月13日(木)～11月25日(火)

手芸の会、川柳みやまえ、遊墨会

【展示会場・時間】

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)



令和7年11月 講座・行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
休館日	文化の日	羊毛フェルト③ ポッチャ (講座) ③	ゆるから体操③ マジック① スマホ (オリエンテーション)	蔦屋重三郎③ メンテナンス 体操A③	内科ミニ講習会 (気管支喘息) 硬筆③ 気功⑤ コーラス②	
9	10	11	12	13	14	15
休館日	パソコン相談	脳いきⅡ⑦ ピラティス③	スマホ①		健康相談 (整形) 気功⑥	
16	17	18	19	20	21	22
休館日		男性の料理② ポッチャ (講座) ④	健康相談 (内科) ゆるから体操④ マジック② スマホ②	蔦屋重三郎④ メンテナンス 体操A④	硬筆④ 気功⑦ コーラス③	
23	24	25	26	27	28	29
勤労感謝の日	振替休日	羊毛フェルト④ 脳いきⅡ⑧ ピラティス④	パソコン相談 ゆるから体操⑤ スマホ③	いきいき 健康フェア	健康相談 (整形) 気功⑧ 女たちの結婚A④	
30						
休館日						



11月のパソコン・スマホ・タブレット相談

11月10日(月)・26日(水) 13時～15時 (予約制)

★11月の予約は11月4日(火)からです。

〔毎月1日(土日祝日の場合は次の平日)から〕

※パソコン・タブレット相談は50分制、スマホ相談は30分制

※予約時に質問内容をお知らせください。内容によってお答えできない場合がございます。御了承ください。

メロコス体操

月・水・木・金曜日 9時～11時(自由参加)

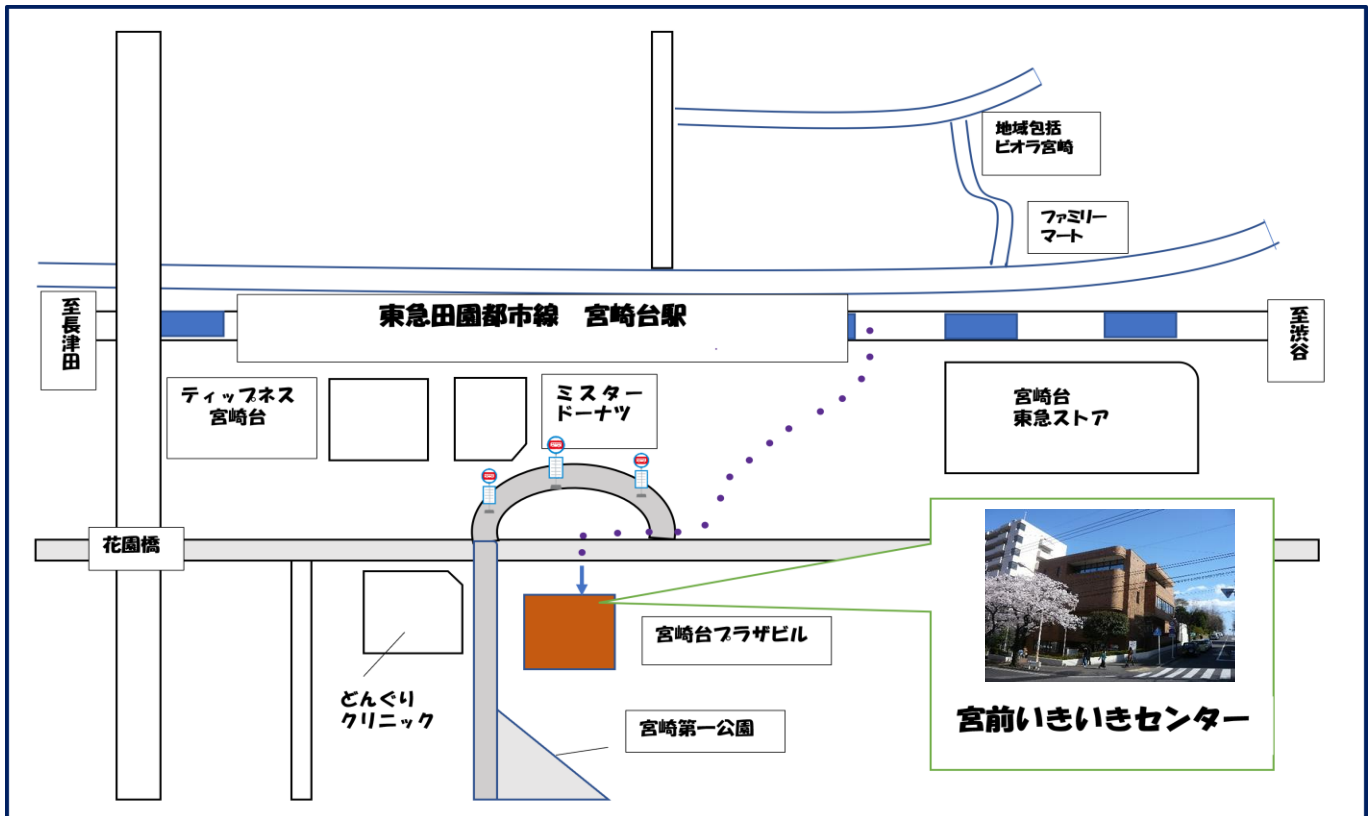


DVDを上映しますので、ラジオ体操のようにお気軽に御参加ください。

毎月第4金曜日は、宮前平地域包括支援センターと一緒に体操できます。
10時30分から20分程度です。是非、御参加ください♪

【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。



【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、高齢者が感染すると重症化しやすいことが明らかになっています。また、軽症で済んでも後遺症が残ることもある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
- ☆窓開けによる換気
- ☆三密（密閉・密集・密接）の回避、対人距離の確保
- ☆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など体調不良の場合、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。