










センターの予定	
9:30	開館
10:00~	入浴・行事・クラブ他
10:30	ラジオ体操
16:00	閉館

蓮田市立老人福祉センター TEL 048-769-1455
〒349-0115 蓮田市蓮田4-236

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
5月5日のお話・「端午の節句は中国から伝わったもの」「子どもの日は日本で決められたもの」でルーツは違うそうです。今ではこどもの成長を願う日になっていますね。 			1 民踊 カラオケB 水彩	2 入浴休み フレイル予防 元気塾 	3 休館日 憲法記念日 	4 休館日 みどりの日 
5 休館日 こどもの日 	6 休館日 振替休日	7 民踊(講師指導) 吹き矢	8 民踊 水彩	9 入浴休み 健康体操 着付 民謡	10 書道 健康相談	11 フレイル予防 元気塾 
12 休館日	13 ※団体利用有 カラオケA 千の会	14 心の健康体操 吹き矢	15 民踊 水彩	16 入浴休み 春の歩こう会 着付 民謡	17 書道	18 一日 カラオケデー 
19 休館日	20 健康体操	21 民踊 吹き矢 水彩	22 民踊(講師指導) 俳句	23 入浴休み 健康体操	24 春の歩こう会 カラオケB	25 フレイル予防 元気塾 
26 休館日	27 カラオケA 千の会	28 心の健康体操 吹き矢	29 民踊	30 入浴休み フレイル予防 元気塾 	31 介護よろず相談	

★プログラムとお知らせ★

民踊	10:45~12:00	1(水)・7(火)講師指導・8(水)・15(水)・21(火)・22(水)講師指導・29(水)
健康体操	10:45~12:15	9(木)・20(月)・23(木)
健康相談	10:30~11:30	10(金)薬剤師
介護よろず相談	10:45~12:00	31(金)社会福祉士
フレイル予防元気塾	10:45~12:15	2(木)・11(土)・25(土)・30(木)
一日カラオケデー	10:45~12:00	13:00~15:00 18(土)
心の健康体操	10:45~12:00	14(火)・28(火)
※囲碁将棋:1(水)・13(月)・24(金)・27(月) 小集会室はクラブ使用のため娯楽室を使用してください。		

バスをご利用の方へ
5/16(木)及び5/24(金)は
歩こう会開催の為、昼便は運行
しません。15:20発の巡回バス
はセンター出発時刻が遅れる場
合があります。ご注意ください。



春の歩こう会

外出には気持ちの良い季節になりました。「春の歩こう会」を開催します。今年工場見学を企画しました。いつもの仲間と一緒に、また新しい出会いと学びを楽しんでいただければと思います。皆様のご応募お待ちしております。

日時: 令和6年5月16日(木)・5月24日(金) 10:30~15:20

場所: キューピー株式会社 五霞工場(昼食は権現堂公園を予定)

申込受付期間: 4月25日(木)~5月9日(木)

定員: 各30名程度(応募者多数の場合は抽選)

費用: 無料、少雨決行、昼食、飲料、敷物持参、センター送迎バス利用

※両日の蓮田駅東口往復バス(昼便)は運休します。

※両日の15:20センター発便は出発時間が遅くなる可能性があります。



よろず相談








座談会形式で意見交換しながら一人暮らしの不安に備えます。
日時: 5月31日(金) 10:40~
場所: 会議室
テーマ: 「緊急時の備え
~見守りの方法~」

フレイル予防元気塾

体力測定お疲れ様でした! 5月からは『フレイルとは』『運動機能』『口腔機能』他を学ぶ座学を含め、新たにスタートします。興味のある方お待ちしております。

→ 裏面に開館案内有り

・・・老人福祉センターの開館案内・・・

開館時間	<p>9：30～16：00（※利用券をご持参ください）</p> <p>終日利用可：ビリヤード・健康機器等 午後利用可：囲碁・将棋・オセロ・カラオケ</p> <p>※囲碁・将棋・オセロ午前中はお声掛けください。</p>
送迎バス	<p>市内循環：往路 センター着10：15 復路 センター発 15：20 </p> <p>蓮田駅東口往復：往路 センター発12：30 復路 蓮田駅東口発12：40</p>
飲食	<p>食事は娯楽室と大集会室の一部のみ可能です。注意点をよくお読みください。</p> <p>①テーブルは食事が終わりましたら他の利用の方に席をお譲りください。</p> <p>②食事の持ち込みはご自身で召し上がる分とし、他者とのやり取りは控えてください。</p> <p>③食事の前後には手洗い、手指消毒をお願いします。</p> <p>④お茶等の提供はございません。</p> <p>⑤使用したテーブル等の清掃・消毒を必ず行って下さい。</p> <p>⑥ゴミは各自持ち帰りにご協力お願いします。</p> <p>⑦お荷物は荷物置き場をご利用下さい。貴重品は各々お手元で管理をお願いします。</p>
 入浴	<p>入浴時間：10：00～14：00（受付終了時間：13：30）</p> <p>※30分以内のご利用、血压測定、水分補給にご協力お願いします。</p> <p>入浴方法：①受付で入浴希望とお伝え下さい。</p> <p>②浴室前に入浴簿にご自身でお名前を記入して下さい。</p> <p>③順番が来ましたら、番号に✓チェックを入れてからお入り下さい。</p> <p>④必ずかごを使用して下さい。ない場合は順番が来るまでお待ち下さい。</p> <p>⑤使ったかごは元の場所に戻して下さい。</p> <p>⑥消毒セットを用意しております。ご自由にお使いください。</p> <p>ご不明な点は職員までおたずね下さい。皆様のご協力よろしくお願いたします。</p>
カラオケ	<p>開館日 13：00～15：00 大集会室 ※行事開催時、一日デーを除く</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歌いたい方はくじ引きの時間までに集合してください ・くじ引き終了後の参加はできません ・くじ引きが終了している場合は次の回までお待ちください ・くじ引きで引いた番号の交換はできません ・他の遊技と掛け持ちの方は順番にご注意ください ・曲が流れた時に不在の場合はキャンセルとなります ・他の利用者様が歌っている時にはお静かにお願いします <p>ルールを守って皆さんで楽しみましょう！ ご協力よろしくお願いたします</p> 
感染対策	<p>食中毒予防のため、こまめな手洗いをお願いします。</p> <p>多くの皆様、アクティブシニアが利用する老人福祉センターです。</p> <p>引き続き感染対策へのご協力お願いたします。</p> <p>体調不良・風邪症状のある方はご利用を控えて頂くようお願い致します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・入場制限：発熱、風邪症状、強いだるさ等の症状のある方 ・消毒：入口、施設内での手指消毒、手洗い及び用具等の消毒    

備品類の感染対策	<p style="text-align: center;">備品類の清掃にご協力ください</p> <p>現在、皆様が共用する備品類（※）は、使用後にご利用者様ご自身で清掃・消毒していただくようお願いをしております。</p> <p>ペーパータオルの提供は終了いたしました。布巾をご利用ください。</p> <p>職員は決まった時間に清掃を行っております。目立った汚れがある場合は、お気軽にお声かけください。職員が対応いたします。</p> <p>※テーブル・椅子・ソファー・マッサージチェア・スカイウェル・脱衣かご 他</p>
----------	---