

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
新年度となりました。春になり、桜をはじめ、センターの花々や草木の成長を目で香りで…楽しめる季節となりました。今年度も皆様の健康増進の場となるよう努めていきます		1 入浴休み さくらまつり 楽しく踊りましょう！ 吹き矢	2 民踊 水彩 茶	3 入浴休み フレイル予防 元気塾 茶	4 ※団体利用 書道 健康相談 茶	5 一日 カラオケデー 茶
6 休館日	7 健康体操 茶	8 入浴休み 心の健康体操 吹き矢 ※団体利用	9 民踊(講師指導) カラオケA 水彩 茶	10 入浴休み 健康体操 着付 民謡 茶	11 書道 健康相談 茶	12 フレイル予防 元気塾 ビリヤード 茶
13 休館日	14 大正零 コンサート カラオケB 千の会	15 入浴休み 民踊 吹き矢 ※団体利用	16 民踊 水彩	17 入浴休み フレイル予防 元気塾 着付 民謡 茶	18 書道 健康相談	19 一日 カラオケデー
20 休館日	21 健康体操 制作活動	22 入浴休み 心の健康体操 吹き矢 水彩	23 民踊 俳句	24 入浴休み 健康体操	25 カラオケA 健康相談	26 フレイル予防 元気塾 ビリヤード
27 休館日	28 カラオケB 千の会	29 休館日 昭和の日	30 民踊 よろず相談	<ご利用者の皆様へ> 4月より、管理責任者が交代致します。着任当初は不慣れな点がありますが、ご指導頂きますようお願い致します。 新任者名：奈良 幸喜(なら ゆきよし)		

★プログラムとお知らせ★

民 踊 10:45～12:00 1(火)さくらまつり・2(水)・9(水)講師指導・15(火)・16(水)・23(水)・30(水)

健康体操 10:45～12:15 7(月)・10(木)・21(月)・24(木)

フレイル予防元気塾 10:45～12:15 3(木)・12(土)・17(木)・26(土)

心の健康体操 10:45～12:00 8(火)・22(火)

健康相談 10:30～11:30 4(金)看護師・11(金)看護師・18(金)看護師・25(金)薬剤師

介護よろず相談 10:45～12:00 30(水)社会福祉士

一日カラオケデー 10:45～12:00 13:00～15:00 5(土)・19(土)

※囲碁・将棋・オセロの皆様へ 給水ポンプへの負荷を軽減のため引き続き娯楽室の使用をお願いします。

※カラオケ参加の皆様へ 午後の行事開催日はカラオケがありません。ご注意ください。



<フレイル予防元気塾より>
半年に一回の「体力測定」を予定しております。希望者のみ実施します。

さくらまつり	4月1日(火) 10:45～15:00 (昼休憩含む)	桜を愛でる季節がきました。民踊参加の皆さんは普段の練習の成果を披露する場に。着物で？もちろん普段着でも結構です。桜をバックに楽しく踊りましょう！自由に輪に入って楽しんでください。
お花見・お茶会	4月2日～12日 10:45～15:00	期間中、お一人様1回限り、花見をしながらお茶を楽しめます。職員までお申し込みください。提供の都合上、一日の提供人数を限らせて頂きます。ご理解の上、お楽しみ下さい。
お花見 ～大正零コンサート～	4月14日(月) 13:00～14:00	お花見をしながら大正零の演奏を楽しみませんか？今年は大正零と他楽器のコラボレーションになるかも…。音色に合わせて歌を歌う時間を予定しています。是非お楽しみください
制作活動 キーホルダーづくり	4月21日(月) 13:00～15:00	3月に作成しましたが、第2弾開催します！ ボトルキャップの素材を使い、オリジナルキーホルダー・コースターを作ります！事前申し込みをお願いします。 参加方法：先着10名様 事務所に申し込みください。

→ 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	9：30～16：00（※利用券をご持参ください） 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 ※囲碁・将棋・オセロ午前中はお声掛けください。
送迎バス	市内循環：往路 センター着10：15 復路 センター発 15：20  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
飲食	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。 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。 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。 ③食事の前後には手洗い、手指消毒をお願いします。 ④お茶等の提供はございません。 ⑤使用したテーブル等の清掃・消毒を必ず行って下さい。 ⑥ゴミは各自持ち帰りにご協力お願いします。 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。
入浴	入浴時間：月・水・金・土(祝祭日除く) 10：00～14：00（受付終了時間：13：30） ※30分以内のご利用、血圧測定、水分補給にご協力お願いします。 入浴方法：①受付で入浴希望とお伝え下さい。 ②浴室前の入浴簿にご自身でお名前を記入して下さい。 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。 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。 ⑤使ったかごは元の場所に戻して下さい。 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。 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願いいたします。
カラオケ	開館日 13：00～15：00 大集会室 ※行事開催時、一日デーを除く ・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 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します。 
感染対策	食中毒予防のため、こまめな手洗いをお願いします。 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。 引き続き感染対策へのご協力お願いいたします。 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。 ・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 
備品等の清掃	備品類の清掃にご協力ください 現在、皆様が共用する備品類（※）は、使用後にご自身で清掃・消毒していただくようお願いをしております。ご協力お願いいたします。 ※テーブル・椅子・ソファ・マッサージチェア・スカイウェル・脱衣かご 他

＜ご利用者の皆様へご挨拶＞

4月1日付けで、センター長を交代することになりました。着任当初は右も左も分からない状態でしたが、ご利用者の皆様に暖かい励ましやご指導をいただきながら今日に至っております。感染症拡大があり、休館等でご迷惑をおかけし、再開に至らなかったものもありましたが、時代の変化と共に新しいプログラムを立ち上げることが出来たのも、皆様のお力添えと励ましのお言葉があつてこそと感謝しております。

担当プログラムや相談業務に関しては4月以降も担当して参りますので、引き続きご指導頂きますようお願いいたします。

在任中はセンター長として至らぬ点もあったかと思いますが、充実した時間を過ごすことが出来、お会いできた皆様とのご縁を大切に…心でかみしめております。皆様おひとりおひとりに直接お礼を申し上げる時間がとれず申し訳ございません。この場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。 加藤 菜穂子