

## センターだより

 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

 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

| 日曜日   | 月曜日                       | 火曜日              | 水曜日                                 | 木曜日                           | 金曜日                                      | 土曜日            |
|---|---------------------------|------------------|-------------------------------------|-------------------------------|--|----------------|
| 令和7年は施設設備の故障で休館を余儀なくされご利用者様には大変ご不便をかけ申し訳ございませんでした。職員一同「憩いの場」として提供できるよう安心安全に努めてまいります |                           |                  |                                     | 1<br>休館日                      | 2<br>休館日                                 | 3<br>休館日       |
| 4<br>休館日  | 5<br>お風呂<br>健康体操          | 6<br>吹き矢<br>民謡   | 7<br>お風呂<br>水彩1<br>民謡 制作<br>カラオケA   | 8                             | 9<br>お風呂<br>健康相談 書道<br>はすぴい元気体操<br>(体験会) | 10<br>一日カラオケ   |
| 11<br>休館日   | 12<br>休館日<br>成人の日         | 13<br>吹き矢        | 14<br>お風呂<br>水彩2<br>民謡(講師)<br>カラオケB | 15<br>健康体操                    | 16<br>お風呂<br>書道                          | 17<br>フレイル予防教室 |
| 18<br>休館日   | 19<br>お風呂<br>健康体操         | 20<br>民謡<br>吹き矢  | 21<br>お風呂<br>水彩1<br>民謡              | 22<br>民謡<br>はすぴい元気体操<br>(体験会) | 23<br>お風呂<br>健康相談<br>カラオケA               | 24<br>一日カラオケ   |
| 25<br>休館日   | 26<br>お風呂<br>千の会<br>カラオケB | 27<br>吹き矢<br>水彩2 | 28<br>お風呂<br>民謡<br>俳句               | 29<br>健康体操                    | 30<br>お風呂<br>大正琴演奏会                      | 31<br>よろず相談    |

## ★プログラムとお知らせ★

民謡 10:45～12:00 6(火)7(水)14(水)20(火)21(水)28(水)

健康体操 10:45～12:15 5(月)・15(木)・19(月)・29(木)

フレイル予防教室 10:45～11:45 17(土)

はすぴい元気体操 10:45～12:15 9(金)・22(木)

健康相談 10:30～11:30 9(金)薬剤師・23(金)看護師

よろず相談 10:45～12:00 31(土)社会福祉士

一日カラオケデー 10:45～12:00 13:00～15:00 10(土)・24(土)

お知らせ 現在使用中の「利用券」は令和7年12月末日で使用できなくなります。令和8年1月5日からは「使用許可書」となります。窓口にて回収・発行を行いますので「利用券」をお持ちください



お知らせ

令和8年2月より「はすぴい元気体操」を本格的に開始します。1月は体験会を行いますのでぜひご参加ください

1月30日(金)午後のカラオケはお休みとなります








制作活動  
干支飾りを作ろう1月7日(水)  
13:00～15:00
 紙ねんどで今年の干支を作りましょう。オリジナルで味わいのある作品を作って飾って愛でましょう。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。**
はすぴい元気体操  
体験会開催1月9日(金)  
1月22日(木)  
10:45～12:15

はすぴい元気体操は、おもいを使った簡単な予防体操です。筋力アップや体力アップに効果があります。お気軽に参加してください

大正琴演奏会  
ギター演奏とともに大集会室  
1月30日(金)  
13:00～14:00
 舟波先生による大正琴の演奏をお楽しみください  
 ぜひ皆さんご参加ください
よろず相談  
「地域包括支援センター」  
ってどんなところ?1月31日(土)  
10:30～11:00  
(個別相談会あり)
 地域包括支援センターは高齢者の相談窓口です  
 蓮田地域包括支援センター 社会福祉士 島田様に講演をお願いしております。親族の方も歓迎していますのでこの機会にご相談を！

→ 裏面に開館案内有り

・・・蓮田市立老人福祉センターを利用できる時間・・・

|   |   |
|---|---|
| 開館時間  | <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<b>娯楽室と大集会室の一部</b>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。<br/>         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。<br/>         ③食事の前後には手洗い、手指消毒をお願いします。<br/>         ④お茶等の提供はございません。<br/>         ⑤<b>使用したテーブル等の清掃・消毒を必ず行って下さい。</b><br/>         ⑥<b>ゴミは各自持ち帰りにご協力をお願いします。</b><br/>         ⑦<b>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。</b></p>   |
| <br>入浴 | <p>入浴時間：月・水・金(祝祭日除く)<br/>         10:00～14:00 (受付終了時間：13:30)<br/>         ※30分以内のご利用、血圧測定、水分補給にご協力をお願いします。</p> <p>入浴方法：①受付で入浴希望とお伝え下さい。<br/>         ②浴室前の入浴簿にご自身でお名前を記入して下さい。<br/>         ③<b>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。</b><br/>         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。<br/>         ⑤使ったかごは元の場所に戻して下さい。<br/>         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。<br/>         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。<br/>         引き続き感染対策へのご協力をお願いいたします。<br/>         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> <p>・入場制限：発熱、風邪症状、強いだるさ等の症状のある方<br/>         ・消毒：入口、施設内での手指消毒、手洗い及び用具等の消毒</p> <div data-bbox="1268 1086 1500 1332">     </div> |
| 備品等の清掃  | <p><b>備品類の清掃にご協力ください</b></p> <p>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。ご協力をお願いいたします。</p>  |