

# 麻生老人福祉センター（平成29年10月のご案内）

## 1 各種相談事業

相談名	内容	10月の相談日時
日常生活相談	日常生活上の相談	11日（水）午後1時30分～2時30分 （原則予約。当日も可）
健康相談	健康に関する相談	内科 6日（金）・20日（金）
		整形外科 10日（火）・24日（火）
		時間 午後1時30分～3時

※その他、生活・健康相談は、毎日うけたまわります。

## 2 健康増進事業 ※申込不要、当日自由参加

内容	日程	実施時間	場所
◆リハビリ体操（PT野口先生）	10日（火）	午後2時～3時30分	体育室
◆リハビリ体操（PT矢島先生）	24日（火）	午後2時～3時30分	体育室

## 3 おたっしゃ茶のみ会

### 「認知症にならないための歯・口の健康講座」

（歯科医師講演）定員40名

10月6日（金）午後1時30分～3時

《当日参加可》



## 4 頭いきいき健康教室

### 「コグニサイズ」

有酸素運動で軽く身体を動かしながらの遊び・ゲーム

10月23日（月）午後1時30分～3時

《事前予約不要》

◆持ち物：室内履き、タオル、水分



## 5 歌声ひろば 青春時代・故郷を思い出し、生バンドの伴奏でみんなで歌いましょう。

- 出演 カラオケ講座講師 川村 善一 先生 他4名
- 日時 **平成29年11月16日(木)**  
〈開場〉午後12時30分～  
〈開会〉午後12時55分
- 会場 2階ホール
- 定員 180名(先着順)
- 申し込み **10月16日(月)から受付開始**  
電話(044-966-1549)又は窓口へ直接

※入場無料



## 6 スマホ・タブレット講座

スマートフォン、タブレットは携帯電話とどう違うのか？ 何ができるのか？  
どのように使うのか？ 基本から説明します。  
スマホ、タブレットを持っていなくても参加OK **《事前予約不要》**

10月5日(木)	午後1時30分 ～
11月2日(木)	
12月7日(木)	午後3時30分
1月10日(水)	

- ▼毎回、同内容となります。
- ▼時間内で余裕があれば、個別相談も可能です。

## 7 初心者のためのパソコン相談

パソコンに初めてさわる方や操作方法がわからない方のために、相談ボランティアがマンツーマンで無料相談を行っています。

- ◆相談日時：毎週木曜日 10～11時、  
11～12時(祝日は休み)
- ◆申込方法：一週間前までに予約  
窓口でお申し込みください。
- ◆相談内容：インターネット閲覧、  
ワード・エクセル文書作成  
など、予約時に具体的な内容をお申し出ください。



## 8 **10月25日(水)午後3時**

金程小学校わくわくプラザの**ハロウィン隊**が  
やってきます。

ハンドベル演奏や歌の披露がありますので、一緒に  
楽しいひと時をすごしましょう。

川崎市麻生老人福祉センター(いきいきセンター)  
川崎市麻生区金程2-8-3 TEL 044-966-1594