

麻生老人福祉センター（令和2年1月のご案内）

1 各種相談事業

相談名	内容	1月の相談日時
日常生活相談	日常生活上の相談	22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 15日（水）
		整形外科 14日（火）・28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（理学療法士：新岡先生）	14日（火）	午後2時～3時30分	体育室
◆「健康長寿をめざして」 （栗木台包括支援センター）	28日（火）	午後2時～3時30分	体育室
◆リハビリ体操（理学療法士：矢島先生）			

3 令和2年度 前期講座（4月～7月頃）募集

◎対象 川崎市内在住で60歳以上の方 ※各講座とも初心者の方

◎申込期間 **令和2年1月23日（木）～2月8日（土）** 午前9時～午後4時

※日曜・祝日以外 ※郵送は8日消印有効

◎申込方法 ●「申込書」1月23日より、センターにて配布

◆来所：「84円切手1枚」を持参のうえ、「申込書」・「所定の返信用封筒」に記入し、窓口へ ※窓口では切手の販売はしていません。

◆郵送：「申込書」・84円切手を貼った「所定の返信用封筒」を別封筒により郵送

◎結果通知 受講の可否は、「所定の返信用封筒」により通知（2月25日頃発送予定）

※定員に満たなかった講座は二次募集を行います。（3月2日より先着順）

	講座名	定員	曜日
一般講座	1 入門太極拳	45	水AM
	2 絵を描こう	40	木AM
	3 ダンスを踊りましょう～ソシアルダンス入門編～	40	火AM
	4 詳しい！囲碁講座	24	金PM
	5 健康ストレッチ体操	40	月PM
特別講座	1 絵手紙	35	月AM
	2 オカリナ入門	20	火PM
	3 ゲートボール	15	水AM

	講座名	定員	曜日
特別講座	4 楽しく民謡を唄いましょう	50	水PM
	5 コーラス～ボイストレーニングから合唱まで～	80	金PM
	6 はじめてのシニアヨガ	28	木PM
	7 優しい刺し子～基本から始めよう～	15	木PM
	8 朗読～お口の体操から読む楽しさまで～	42	月PM
学習講座	1 音と音楽で遊ぼう！	40	金PM
	2 近現代文学	42	水AM

※各講座、教材費をご負担いただきます。

4 ダンスパーティー ♪ すてきな賞品があたる抽選会もあります ♪

1月16日(木) 午後1時30分～午後3時30分



- ◎定員 120名
- ◎参加費 200円(飲み物代・賞品代)
- ◎申し込み **【受付中】直接窓口へ** 参加費と引き換えにパーティー券をお渡しします。
電話でも申し込みます。※前日までに参加費をお支払いください。
- ◎注意事項 キャンセルの場合、参加費の返金はいたしません。
当日、パーティー券をかならずお持ちください。
お忘れになると「抽選会」には参加できません。

5 囲碁大会 [共催：麻生区老人クラブ連合会]

2月6日(木)

午前9時30分～午後4時(受付：午前9時)

- ◆定員 60名(先着順) <5級程度以上>
- ◆参加費 無料
- ◆持ち物 昼食
- ◆申し込み 1月15日(水) 午前9時～
直接窓口 または 電話

※当日のお車での来場はご遠慮下さい。

6 文化公演会

♪ 昭和音大生による交流コンサート ♪

2月26日(水)

午後1時30分～3時(午後1時開場)

- ◆内容 弦楽四重奏・声楽アンサンブル
- ◆対象 市内在住の方(年齢不問)
- ◆定員 150名(先着順)
- ◆申し込み 1月15日(水) 午前9時～
直接窓口 または 電話

シニア以外も
ご参加いた
けます。



7 頭いきいき健康教室

「コゲニサイズ」《事前予約不要》

有酸素運動で軽く身体を動かしながらの遊び・ゲーム

1月23日(木) 午後1時30分～3時

- ◆持ち物：室内履き、タオル、水分

8 利用者懇談会のお知らせ

日時 2月21日(金) 10時半～12時

団体・一般利用者の懇談会です。

参加ご希望の方は「申込用紙」に記入し、

1月24日(土)までに事務室までご提出ください。

9 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。

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 044-966-1549