



# 麻生老人福祉センター（令和3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	27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（水）・20日（水）
		整形外科 12日（火）・26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：矢島先生）	12日（火）	午後2時～3時30分	体育室
◆「健康を保つための食生活」 （区役所管理栄養士）	26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 認知症予防教室 事前予約不要

### 「頭げんきプラス」

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28日（木）午後1時30分～3時  
（1月は第4木曜日ですご注意ください！！）



## 4 おたっしゃ倶楽部

### 「在宅医療と人生会議」

もしもの時に備えて自分らしく生きるために  
～自分の思いを確認しよう～

2月25日（木）午後1時30分～3時

講師 宮本 謙一先生

（在宅医療支援クリニックかえでの風  
たま・かわさき院長）

定員 25名（先着順）

申込 1月25日（月）より電話又は来所にて

## 5 「ジャズコンサート」 ～懐かしのジャズで癒されるひとときを～

2月26日（金） 午後1時30分～3時

出演 川村 善一氏他

定員 65名（先着）

申込 1月20日（水）より電話または来所にて



♪♪スタンダードジャズを中心とした

どなたでも楽しめるコンサートです♪

## 6 令和3年度 前期講座 参加者 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3年1月21日（木）～2月5日（金）まで

※日曜・祝日以外 ※郵送は5日消印有効

◎申込方法 ●「申込書」1月21日（木）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円分の切手を貼った「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20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1日より先着順）

◆同じ内容でA日程とB日程に分かれる講座があります

		講座名	定員	曜日
一般講座	1	入門太極拳 A・B	各20	水
	2	絵を描こう A・B	各20	木
	3	ダンスを踊りましょう	30	木
	4	詳しい！囲碁講座	14	金
	5	健康ストレッチ体操A・B	各20	火
特別講座	1	絵手紙 A・B	各20	月
	2	ゲートボール	15	水
	3	楽しく民謡を唄いましょうA・B	各20	水

		講座名	定員	曜日
特別講座	4	いつもそばにコーラスを	20	金
	5	はじめてのシニアヨガA・B	各12	木
	6	優しい刺し子	14	火
	7	パソコン エクセル初級	10	火
学習講座	1	音と音楽で遊ぼう2	20	金
	2	近現代文学 A・B	各28	水
	3	デイリーイングリッシュ A・B	各15	月

※各講座、教材費をご負担いただきます。

## 7 利用者懇談会～団体・一般利用者の懇談会です～

2月19日（金）午前10時30分～12時

参加ご希望の方は申込用紙に記入し

1月22日までに事務室までご提出ください



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