

# 麻生老人福祉センターだより 12月

麻生老人福祉センター（麻生いきいきセンター）〒215-0006 川崎市麻生区金程2-8-3 電話 044-966-1549

※各種イベント・講座の申込に関しては、特記がない限り「市内在住60歳以上」の方を対象としています

## 新春イベント

1/20 (火)

13時半～  
(開場13時)

新しい年に願いを込めて

◆ 落語 柳亭 市若



◆ タイ伝統芸能「舞踊・剣舞」

土屋 悠太郎・梁



・会場：2Fホール

・申込：12/16 (火) 9時～電話または直接

・定員：160名/先着順

令和7年度 おたっしゃ倶楽部

## 転倒と生活環境～講義と体操～

1/21 (水)

10時～11時半

・会場：2F会議室

・申込：12/17 (水) 9時～電話または直接

・定員：50名/先着順

・講師：理学療法士 小牧俊也 氏

(新百合ヶ丘総合病院リハビリテーション科)

令和7年度 折り紙の会

## 折り紙の達磨



・日時：12/12 (金)  
10時～12時  
・会場：1F工作室  
・申込：受付中  
・定員：12名/先着順  
・講師：村中利生 氏

令和7年度 介護予防事業 第3弾

## 体操教室

・内容：A. 貯筋エクササイズ

B. 姿勢痛み改善

・申込：～12/15 (月)まで

※詳しくは、別途配布の広報にて  
ご確認ください

## ～終活セミナー～ エンディングノートとおひとりさま 安心終活

・日時：1/29 (木) 13時半～15時半

・会場：2F会議室

・申込：12/1-1/16 川崎市あんしんセンター  
TEL 712-3372 に申込してください

・定員：48名/市内在住・在勤/先着順

令和7年度 おたっしゃ倶楽部

## 食生活講座

・日時：12/15 (月)

10時～11時半

・会場：2F会議室

・申込：受付中

・定員：60名/先着順

・講師：管理栄養士  
志賀美知子 氏

## 希望図書アンケート 受付します

皆様より読みたい本（希望図書）のリクエストを受付いたします。リクエストいただいた本の中から、厳選して購入本を決定。この機会に、読みたい本を教えてください！  
アンケート用紙は1Fにて配布中です。  
12/1-12/19で受付いたします。

## 認知症予防教室

### ～頭とからだのエクササイズ～

日時：12/25(木) 10時～11時半

(毎月第4木曜)

会場：2F 体育室

申込：不要

持物：運動のできる服装・室内運動靴・飲物・タオル

講師：横瀬里美先生（川崎 YMCA より）

エコたわしを作るボランティア募集

### ～手仕事の会～

作品作りとおしゃべりを楽しみましょう

日時：毎月第2・4水曜 10時～11時半

会場：1F 工作室

申込：不要/（初めての方は）電話又は窓口にて

## ～リハビリ教室～

理学療法士の運動指導のもと転倒防止や腰痛予防、動きやすい身体作りを目指しましょう！

椅子に座ってできる運動中心ですので、体力にご不安のある方でも気軽に参加できます！（原則第2・第4火曜日）

**12/9（火）担当：麻生リハビリ総合病院**

**12/23（火）担当：矢島 純子先生**

時間：14時～15時半

会場：2F 体育室

申込：不要

持物：運動できる服装、室内運動靴、飲物、タオル

#### 各種相談事業

～できるだけ事前にお申込みください～

#### ◆内科相談◆

12/9・23（第2・第4火曜日）

13時半～15時

担当医 吉松医師  
(吉松クリニック 院長)

#### パソコン相談

個別相談/お一人 60分の相談

相談日時：毎週木曜 10時～、11時～/第四月曜日 13時～、14時～

予 約：相談日1週間前までに電話または直接

※当日はPCをお持ちください・センターのデスクトップPCもご利用いただけます

※祝日の場合はお休みとなります

#### ◆整形相談◆

12/3・17（第1・3水曜日）

14-15時半

担当医 笹尾医師  
(セントラル整形外科 院長)

#### スマホ相談

個別相談/お一人 30分の相談

相談日時：毎月第二火曜・第四月曜/10時～、10時40分～、11時20分～

予 約：相談日1週間前までに電話または直接

※当日はスマートフォンをお持ちください

#### ◆生活相談◆

月・水・木

担当 生活相談員

～ギャラリー展示のお知らせ～

12/3～12/20

前田博道/クロス刺繡

12/8～12/20

松木ファミリー展/手芸・手毬・子供作品

#### センターからのお知らせ

① 12月の健康麻雀一般開放

12/3(水)・20(土)です。9時より大広間に受付簿を出します、13時よりプレイできます。

② コピーの受付を終了しました

物価の高騰等により、事務所でのコピーは受付を終了いたしました。

③ 大掃除実施における休館について

12/5（金）午前中は大掃除のため休館となります。

④ 年末年始の休館について

12/28（日）-1/4（日）まで休館となります。