

宮前いきいき
センター便り



宮前いきいきセンター
(川崎市宮前老人福祉センター)
川崎市宮前区宮崎2-12-29
TEL 044-877-9030
FAX 044-877-9232
発行 令和8年3月1日

令和8年度短期講座「宮前の郷土を巡るまち歩き」

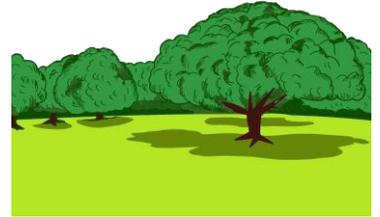
日時： 4月22日(水)9時30分～12時
荒天時は4月24日(金)に延期

集合： 東高根森林公園パークセンター
最寄りのバス停：川崎市バス「森林公園前」

解散： 神木山 等覚院
最寄りのバス停：川崎市バス「神木不動」又は「神木本町」

参加費： 30円(行事用保険料等)

対象： 川崎市内在住60歳以上の方



【申込方法】

3月17日(火)から、参加を希望される御本人が直接事務所窓口又は電話(044-877-9030)にてお申込みください。

※参加を希望される方は申込書と健康状況調査票の記入をお願いします。
電話でお申込みされた場合は、後日センターに来館の上書類を御記入ください。また、当センター看護師と面談をお願いする場合があります。



3月のパソコン・スマホ・タブレット相談

3月11日(水)・25日(水)

【3月の申込方法】

3月2日(月)から、御本人が直接事務所窓口又は電話(044-877-9030)にてお申込みください。〔毎月1日(土日祝日の場合は次の平日)から受付開始〕

※パソコン・タブレットは50分制、スマホは30分制

※申込時に質問内容をお知らせください。内容によりお答えできない場合がございます。御了承ください。

メロコス体操 毎週月・水・木・金曜日
9時～11時(自由参加)



DVDを上映していますので、ラジオ体操のようにお気軽に御参加ください。

健康相談：看護師による健康相談を随時行っております。

生活相談：月・水・木曜日 日常の心配事、困り事などお気軽に御相談ください。

☆御希望の方は事務所へお声かけください。

医師による健康相談

内科：高橋先生

3月6日(金)・18日(水)

整形外科：北見先生

3月13日(金)・27日(金)

いずれも 13時30分～14時30分です。

2月に講座の作品展を開催しました♪



楽しく羊毛フェルト作品展



硬筆作品展

忘れ物に注意!!

忘れ物が多くなっています。水筒や手袋、アクセサリ等の落とし物が多数見受けられます。お帰り際には、持ち物をお確かめいただくよう、よろしくお願いいたします。

利用証申請時の住所、電話番号、緊急連絡先の変更について

利用証を申請された際の住所や電話番号、緊急連絡先が、お引越し等により変わった場合には、変更手続きをお願いいたします。事務所窓口へお声かけください。



令和8年3月 講座・行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日			囲碁大会	蔦屋重三郎⑩ メンテナンス 体操B⑤	健康相談(内科) 女たちの結婚B⑤	
8	9	10	11	12	13	14
休館日		脳いきⅢ⑦	パソコン相談 筋トレ⑥		健康相談(整形)	
15	16	17	18	19	20	21
休館日		男性の料理⑥	健康相談(内科)	メンテナンス 体操B⑥	春分の日	
22	23	24	25	26	27	28
休館日		脳いきⅢ⑧	パソコン相談		健康相談(整形)	
29	30	31				
休館日						



センター玄関前の花壇の『さくら草』が咲きました

いつも手入れをしていただきありがとうございます

【御来館の皆様へ】

新型コロナウイルス感染症の法的位置づけは変更されましたが、高齢者が感染すると重症化しやすく、軽症で済んでも後遺症が残ることもありますので注意が必要です。また、冬場はインフルエンザ、ノロウイルスの流行時期となります。感染症の防止に有効とされている基本的感染症対策に御留意ください。

《基本的な感染症対策》

- ☆体調不安や症状がある場合の自宅療養、医療機関の受診
- ☆窓開けによる換気
- ☆三密(密閉・密集・密接)の回避、対人距離の確保
- ☆その場に応じたマスク着用や咳エチケット
- ☆手洗い等の手指衛生

※発熱等の症状があるなど体調不良の場合、検査で陽性となった場合、同居家族等に陽性となった方がいる場合は来館をお控えください。また、御自身の安全のため、感染症による重症化を引き起こし得る疾病をお持ちの方は、医師に相談するなど施設の利用を慎重に御検討ください。

ホームページ リニューアルオープンのお知らせ♪

宮前いきいきセンター（宮前老人福祉センター）のホームページが**3月16日（月）**から新しくなります。

講座・行事のお知らせや貸室の予定表なども掲載して内容を充実してまいります。どうぞ御利用ください。



【検索方法】

- ① 右にあるコードを読み取ると「いきいきセンター」の画面へ直接進めます。

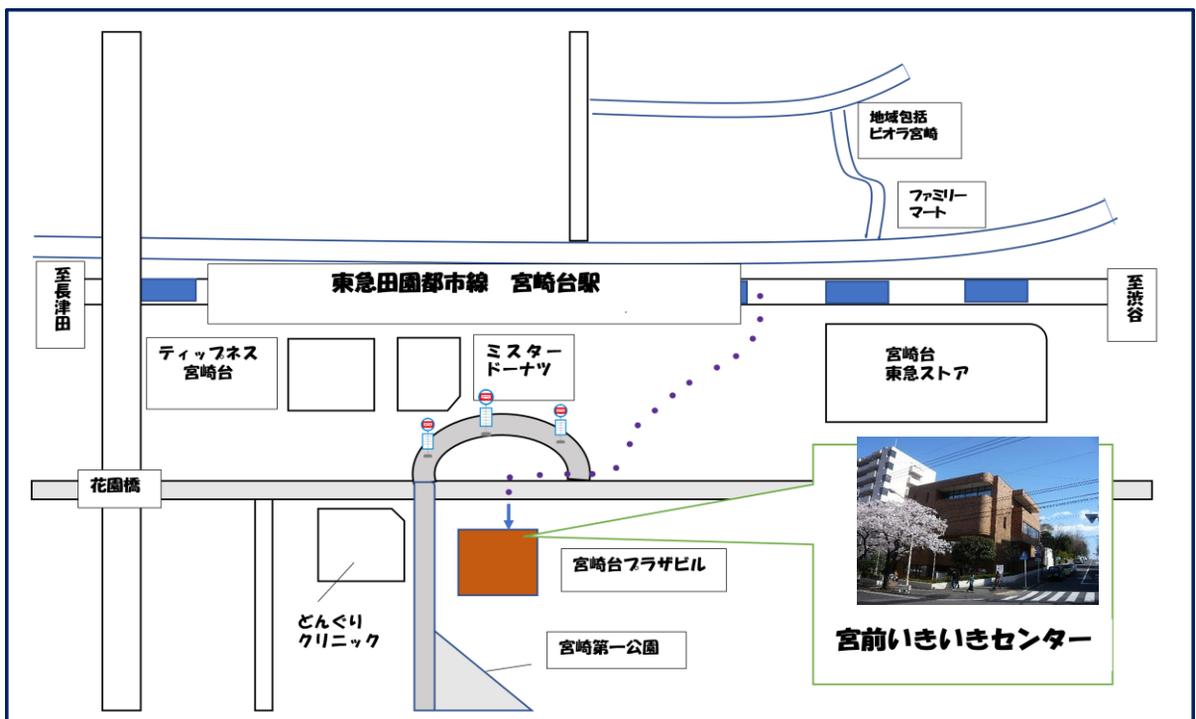
★3月15日（日）まで



★3月16日（月）から



- ② 「宮前老人福祉センター」と検索すると御覧になれます。
- ③ 広報誌アプリ「マチイロ」を入れると宮前区版以外の市政だよりも御覧になれます。



東急田園都市線宮崎台駅南口から徒歩2～3分です。