

堺市立 北老人福祉センター 行事予定 (電話: 072-255-6380)

8月		行 事 予 定	
		午前	午後
1	金		
2	土	9:50~15:00 健康測定会	
3	日	休館日	
4	月		
5	火		13:30 健康講座
6	水	10:30 元気ハツラツ体操	
7	木		13:30 市民開放日
8	金		
9	土		13:30 遊びりテーション
10	日	休館日	
11	月	休館日	
12	火		13:30 リフレッシュ講座
13	水	10:30 わくわく体操	
14	木		13:30 市民開放日
15	金		
16	土		13:30 遊びりテーション
17	日	休館日	
18	月		
19	火		
20	水	10:30 わくわく体操	
21	木		13:30 市民開放日
22	金		
23	土		13:30 プリント脳トレ
24	日	休館日	
25	月		
26	火		
27	水	10:00 歌広場レインボー	
28	木		13:30 市民開放日
29	金		
30	土		
31	日		

北老人福祉センターでは、行事やクラブ活動の他に
卓球やオセロ・トランプの貸し出しも行っています

健康測定会 (定員12名) **P**
2日 9:50~15:00
おひとり 20分程度 看護師による健康測定会!
7/26 から申込み受付開始 (電話申込不可)

健康講座 (定員30名: 女性限定) **P**
5日 13:30~14:30
テーマ 『いきいき美容教室』
講師 資生堂ソーシャルエリアパートナー
7/29 から申込み受付開始 (電話可)

リフレッシュ講座 (定数30名) **P**
12日 13:30~14:30
テーマ 『きれいな姿勢を保つ大事なポイント』
講師 機能訓練指導員
8/5 から申込み受付開始 (電話可)

遊びりテーション (定数 各日 6名) **P**
9日・16日 13:30~
【金魚ストラップ】
8/2 から申込み受付開始 (電話申込不可)

プリント脳トレ (定数24名) **P**
23日 13:30~
当日1時間前から受付申込み (電話申込不可)

介護予防講座 水曜日開催
・元気ハツラツ体操 (定員22名) **P**
6日 10:30~11:30
7/31 から申込み受付開始 (電話可)
・わくわく体操 (定員22名) 1クール(2か月) 全4回
8月13日・20日 9月10日・17日
10:30~11:30
8/7から申込み受付開始 (電話申込不可)
・歌広場レインボー (定員30名)
27日 10:00~11:00
8/21 から申込み受付開始 (電話可)

9月の予定
3日 元気ハツラツ体操 10:30~
6日 健康測定会 9:50~
9日 リフレッシュ講座 13:30~ 『栄養編』
10・17日 わくわく体操 10:30~
16・20日 遊びりテーション 13:30~
『月とうさぎ』
24日 歌広場レインボー 10:00~
27日 プリント脳トレ 13:30~

★★ 第41回 敬老記念行事 開催 ★★
13日 10時~15時 クラブ発表会 演芸&作品展示
ご家族、ご友人の観覧もできますので
皆さまお誘い合わせの上おこしください!

毎日実施中!!

・堺コッカラ体操 心も体も元気に♪

毎週木曜日は「市民開放日」

利用証をお持ちでない60歳未満の方も入館できます
(利用申請書記入・本人確認書類の提示が必要です)
※未成年者は保護者同伴でお願いします
幼児・児童は保護者の身分証のみで可

※上記事業は申込制です。それぞれ申込み条件が異なりますので、別途チラシをご覧ください!