



# あおぞらまつり



あそびにおいでよ。。。

～ご家族・友達・ご夫婦で・ご近所一緒に(^o^)～

**開催日時：9月12日(土) 午前10時～午後3時**

### ☆模擬店コーナー

ポップコーン・玉こんにゃく  
わたあめ・お茶・ジュース



### ☆喫茶コーナー

コーヒー・赤飯・お寿司  
クッキー(協力：かみさぎこぶし園)  
パン(協力：ふらっとなかの)  
ラスクなど(協力：茜の里)

### ☆健康コーナー

血圧・体脂肪を計ります。



### ☆リフレッシュコーナー

ヘッド&ハンドマッサージ

### ☆販売コーナー

自主サークルの手作り品です。

### ☆体験コーナー

ビーズ・絵手紙・折り紙・お茶席

### ☆展示コーナー

自主サークルや  
地域の子どもたちの作品です。



### ☆お楽しみコーナー

バルーンアート・くじ引き



### ☆地域包括支援センターコーナー

福祉用具の展示・相談も承ります。

## 消防訓練

日時：9月4日(金) 午後1時半～  
\*当日の入浴は午後2時半からの予定です。

野方消防署鷺宮出張所による  
全館の消防訓練と、双鷺公園にて  
消火器訓練を行います。  
皆様も是非、ご参加ください。



## 文化講座「詩を楽しむ」(全8回)



第5回 新川 和江  
「生活の中で輝く詩」

日時：9月10日(木) 午前10時～12時

場所：2階 教養娯楽室

講師：菊田 守氏(日本現代詩人会・元会長)

## ーゲンキ体操<後期>申し込み受付中ー

椅子に座ったり、立ったりしながら  
音楽にあわせた体操です。

期間：10月7日(水)～3月17日(水)  
午後1時半～2時半(全18回)

場所：2階 教養娯楽室

申し込み方法：センターにて直接申し込み

\*ゲンキ体操<前期>に参加した方、サンサン体操、  
あおぞらクラブに登録している方は対象になりません。  
ご了承ください。

高齢者福祉センターを利用するときは、「利用証」が必要です。初めて利用される方は「利用証」を発行します。中野区在住の60歳以上の方で、生年月日等を証明できるものをご持参の上、利用登録をしてください。「利用証」記載事項に変更のある方は職員までご連絡ください。  
\*区外の方は、原則としてセンターをご利用になることは出来ません。

平成21年 9月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 運営委員会	2 サンサン体操 あおぞらクラブ ゲンキ体操	3 グラウンドゴルフ やさしい折り紙	4 防災訓練	5
6	7	8	9 ゲンキ体操	10 グラウンドゴルフ 詩を楽しむ	11	12 あおぞら まつり
13	14	15	16 サンサン体操 あおぞらクラブ ゲンキ体操	17 グラウンドゴルフ 三療サービス (全日)	18 あおぞらまつり実行委員会	19
20	21 敬老の日 特別開館	22 国民の休日	23 秋分の日	24 グラウンドゴルフ カラオケ教室	25	26
27	28	29 演芸大会実行委員会	30	31		
<p>土曜日の浴室利用はできません。 各行事・講座などの内容については表面をご覧ください。</p>						

センター事業	サンサン体操	第1・3(水)	午前9時45分～10時45分	2階 教養娯楽室	(登録制)	
	あおぞらクラブ	第1・3(水)	午前11時～12時	2階 教養娯楽室	(登録制)	
	ゲンキ体操	第1・2・3(水)	午後1時半～2時半	2階 教養娯楽室	(登録制)	
	やさしい折り紙	第1(木)	午後1時半～3時	3階 集会室	(登録制)	
	アロマセラピー	お休みです。				
	グラウンドゴルフ	第1・2・3・4(木)	午前9時半～11時	双鷲公園	雨天中止	
	文化講座 詩を楽しむ	第2(木)	午前10時～12時	2階 教養娯楽室	今月のテーマは「新川 和江・・・生活の中で輝く詩」	
	カラオケ教室	第4(木)	午前10時～11時半	2階 教養娯楽室	課題曲「艶冶な気分」 復習曲「のろま大将」	

施設提供	舞台演芸 2階教養娯楽室	(金)	午前9時～11時半	入浴	(月)～(金) 午後1時～4時 受付は午前9時～午後3時半 <b>(入浴利用上の注意)</b> 飲酒・発熱・下痢・感染症をはじめ、 保健師が危険と判断した場合、 入浴をお断りすることがあります。
	マーじゃん 3階集会室	(月)	午前9時～正午		
	囲碁・将棋 3階集会室	(月)	午後1時～4時半		
相談	卓球 2階機能訓練室	(火)	午後1時～4時半	家族浴	(火)・(木) 午後1時～2時 <b>(登録制)</b>
	健康相談 1階健康相談室	(火)・(水)・(木)	午前9時～午後4時	三療サービス (はり・灸・マッサージ)	第3(木) 午前9時半～ (来館受付:9時、電話受付:9時半)
	生活相談 1階事務室	随時お受けします。		<b>(1回:900円) (登録制)</b> 初めてご利用の方は健康相談室まで。	