

かわさき老人福祉・地域交流センター ニュース

令和8年1月号

令和8年1月1日発行

旧年中は大変お世話になりました。



本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。（職員一同）

パソコン タブレット スマホ 相談会



1月19日（月）10～12時 *利用証必要

2階工作室 定員：6名

（川崎市在住の60歳以上の方・申込不要/先着順）〔毎月開催〕

料理教室



1月28日（水）10時～13時 開催

定員：16名（先着順） 参加費 600円（材料費）

申込：1月8日（木）～21日（水） 電話または窓口で申込

♥ 健康測定会 ♥

「体の状態を知ってこれからの生き生き人生に備えませんか？」

1月29日（木）14時～15時30分 開催

定員：30名（川崎市在住の60歳以上の方・先着順）

申込：1月15日（木）～28日（水） 電話または窓口で申込

内容：測定会 ①骨の健康度 ②血管年齢 ③足指力

薬剤師/管理栄養士への相談



〒210-0026 川崎区堤根34-15

かわさき老人福祉・地域交流センター

電話233-5592 FAX221-5031

E-mail:kawasakirousen@csw-kawasaki.or.jp

新職員 12月より職員が新たに着任しました

倉科 尚恵（くらしな なおえ）（看護師）



♥ 看護師による健康相談を始めました！ ♥

月曜日～金曜日 10時～15時 場所：健康相談室

（12時～13時は休憩時間）

フラワーアレンジメント 体験レッスンイベント （4回目／全4回）

2月2日（月）13時30分～15時 開催

定員：18名（先着順） 参加費 1,500円（材料費）

申込：1月13日（火）～1月23日（金） 電話または窓口で申込

令和8年度 前期講座の募集

4月から始まる12講座の募集を行います

〔講座申込書は当センターにて1月6日（火）より配布〕

募集期間：1月20日（火）～2月13日（金） 申込は窓口のみ

♦♦ 男性受講者大募集 ♦♦

令和8年1月予定表(12/26 時点)

(赤字：老セン・地域交流センター合同開催) (青字：外部主催)

日	月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9	10
		内科医健康相談 いこい元気広場	入浴日 生活相談 ズンバゴールド（講）	元気アップ体操（講） ゆったりヨガ（講） 羊毛フェルト	入浴日 生活相談 男の料理教室（講）	
11	12	13	14	15	16	17
	入浴日 生活相談	内科医健康相談 外国文化（講） 写経（講） ストレッチ＆リズム体操（講） いこい元気広場 K-POP ダンスエクササイズ	入浴日 生活相談 水彩色えんぴつ（講） 将棋入門（講座） 寺子屋	楽しいチアヨガ（講） 練功十八法（講） デコパージュ	入浴日 生活相談 韓国語入門（講） 健康表現体操（講）	
18	19	20	21	22	23	24
	入浴日 生活相談 <u>パソコン・タブレット・スマホ</u> <u>なんでも相談会</u>	整形外科医健康相談 スマホ教室 初心者向け いこい元気広場 ボクシングエクササイズ	入浴日 生活相談 ズンバゴールド（講） 将棋入門（講） 寺子屋	元気アップ体操（講） ゆったりヨガ（講）	入浴日 生活相談 子ども食堂	
25	26	27	28	29	30	31
	入浴日 生活相談	皮膚科医健康相談 写経（講） ストレッチ＆リズム体操（講） いこい元気広場	入浴日 生活相談 料理教室 寺子屋	健康測定会	入浴日 生活相談 ★貸室抽選会★	

嘱託医健康相談 第一火曜日 13:30～14:30 黒坂 きょう子医師（内科）
 第二火曜日 13:30～14:30 新妻 真文子医師（内科）
 第三火曜日 12:30～13:30 薄井 利郎医師（整形外科）
 第四火曜日 13:30～14:30 湯山 理文子医師（皮膚科）

生活相談員による生活相談：月・水・金 9:30～12:00 13:00～15:00

看護師による健康相談：月～金曜日 10:00～12:00 13:00～15:00