

苦小牧市 高齢者福祉センターだより

2025年
5月号



所在地：苦小牧市本幸町1丁目2番21号
電話：34-5897 FAX：34-5899
休館日：年末年始休日（12月29日～1月3日）
時間：9：00～17：00まで

5月 教室・講座のご案内

区分	開催日		定員	時間	会場
軽体操教室	5(月)	19(月)	50	13:00～15:00	集会室
実用習字教室	12(月)	26(月)	40	10:00～12:00	集会室
大正琴教室	5(月)	19(月)	なし	10:00～12:00	集会室
社交ダンス教室 の日	※13(火)	20(火)	なし	10:00～12:00	集会室
	※6(火)	27(火)			
カラオケ教室 の日	6(火)	20(火)	なし	13:00～15:00	集会室
	13(火)	27(火)			
詩吟教室 の日	7(水)	21(水)	なし	10:00～12:00	集会室
フォークダンス教室	1(木)	15(木)	なし	10:00～12:00	集会室
短歌教室	8(木)	22(木)	なし	10:00～12:00	集会室
手芸教室	1(木)	15(木)	なし	13:00～15:00	集会室
華道教室	8(木)	22(木)	なし	13:00～15:00	鶴亀の間
書道教室	9(金)	23(金)	40	10:00～12:00	集会室
踊り教室 の日	2(金)	16(金)	なし	13:00～15:00	集会室
	9(金)	23(金)			
民謡教室	2(金)	16(金)	なし	10:00～12:00	集会室
陶芸教室 の日	※10(土)	17(土)	30	13:00～15:00	陶芸室
	※10(土)	17(土)		10:00～12:00	
茶道教室	10(土)	24(土)	15	13:00～15:00	鶴亀の間
絵手紙講座	12(月)		20	13:00～15:00	集会室
パソコン講座	14(水)	21(水)	9	13:00～15:00	多目的コーナー
笑いヨガ講座	17(土)		20	10:00～12:00	鶴亀の間
パン・菓子づくり講座	7(水)		16	13:30～16:00	2F・調理実習室

※印は、教室予定日・時間、及び会場を変更しておりますのでご注意ください。

センター利用についてのお願い

利用者登録が必要です！利用登録カードはお持ちですか？

- ★ センターを利用する時は、利用登録カードをご提示ください
- ★ センター内は土足厳禁、持物には名前をつけ間違いないように
- ★ 駐車台数に限りがあります、公共交通機関等でお越しください
- ★ 感染症予防のため、入口備付けの手指消毒をしてください
- ★ 素足でのご利用は、衛生保持のためご遠慮ください
- ★ センター内での飲酒及び飲酒されてのご利用はお断りします
- ★ 貴重品等は、無料ロッカーをご利用ください
- ★ ころよく過ごせるよう、譲りあってご利用ください

みんなで協力して楽しく交流しましょう！



毎月健康チェック

5月22日(木)
9時30分～13時
血圧・健康相談
和室前で実施します

毎日★元気生活★
健康ラジオ体操

いつでも、どこでも、だれでも
毎日11時から
多目的ホール

2025

教室・講座
が始まります

♡Happiness♡
情熱を燃やして
シニアライフ満喫
チャレンジ精神で挑戦
してみませんか！

詳細は受付まで
お問い合わせください。



【5月のけんこうワンポイント】

歌おう！話そう！元気な声を出すと
脳機能の多くが鍛えられ
脳の若返りが期待できます！



音楽鑑賞会

5月14日(水)
13:30～15:00
集会室

