

# 苦小牧市高齢者福祉センターだより

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

2026年  
2月号



## 2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	2(月) 16(月)	50	13:00～15:00	集会室
実用習字教室	9(月) 23(月)	40	10:00～12:00	集会室
大正琴教室	2(月) 16(月)	なし	10:00～12:00	集会室
社交ダンス教室の日	3(火) 17(火) 10(火) 24(火)	なし	10:00～12:00	集会室
カラオケ教室の日	3(火) 17(火) 10(火) 24(火)	なし	13:00～15:00	集会室
詩吟教室	4(水) 18(水)	なし	10:00～12:00	集会室
フォークダンス教室	5(木) 19(木)	なし	10:00～12:00	集会室
短歌教室	12(木) 26(木)	なし	10:00～12:00	集会室
手芸教室	5(木) 19(木)	なし	13:00～15:00	集会室
華道教室	12(木) 26(木)	なし	13:00～15:00	鶴亀の間
書道教室	13(金) 27(金)	40	10:00～12:00	集会室
踊り教室の日	6(金) 20(金) 13(金)	なし	13:00～15:00	集会室
民謡教室	6(金) 20(金)	なし	10:00～12:00	集会室
陶芸教室の日	7(土) 21(土) 7(土) 21(土)	30	13:00～15:00 10:00～12:00	陶芸室
茶道教室	14(土) 28(土)	15	13:00～15:00	鶴亀の間
絵手紙講座	9(月)	20	13:00～15:00	集会室
笑いヨガ講座	21(土)	20	10:00～12:00	鶴亀の間
パン・菓子づくり講座	4(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！

### 防寒対策にご協力を

もう1枚お持ちください

- 靴下（靴下カバー）
- セーター
- ひざ掛けなど

### まんぷく劇場

2月18日（水）13時

太陽がいっぱい

### 健康ラジオ体操

毎日11時から  
多目的ホール

### 毎月健康チェック

2月10日(火)9時30分～13時

音楽鑑賞会  
2月26日(木)  
13:30～15:30

### おねがい

皆様がこころよく  
過ごせるよう、お互い  
譲り合いの気持ちで  
ご利用ください。

笑顔で思いやわらか

### 【2月のけんこうワンポイント】

入浴前に、脱衣所や浴室を暖めておき  
血圧の急な変動がない様に気を付けましょう



### くつ・靴・クツ

靴の履き間違い  
が多発中！

必ず…確認してね

