



小榊の皆さんとのふれあいを大切に！！

令和 2 年 10 月 1 日
木鉢地区ふれあいセンター

ふれセンだより 10月号

長崎市木鉢町 2 丁目 228-6
TEL&FAX: 865-4143
開所時間: 9~17 時
休所日: 月曜日及び 12/29~1/3

<新しい時代の幕開けか？>

先月はコロナ感染防止対策の最中、台風 9・10 号と続けて本県近辺を通過し、超大型台風 10 号では多大な被害を受け、ふれあいセンターでは避難所として開館し初めて 24 名の方々を受け入れました。更に短時間での大雨と新時代に対応して行くには課題が山積しているようです。そのような中でも、小・中学校では時間短縮ながら運動会の開催が決定されました。先生方の、ご努力で子供たちの笑顔が見られそうです。



「介護予防教室」

長崎県では健康寿命日本一！を目標に住み慣れたところでいつまでも楽しく生活を送ることができるような取り組みを県内各地で行っています。

小榊地区ではアスカ福祉会が健康作りのための専門的な知識と経験を生かして **介護予防教室を 毎月 1 回 第 3 木曜日に**開催しています。

介護予防への取り組みは少しでも早い方が良いですのでまずはご近所お誘いの上木鉢ふれあいセンターを覗いてみてください。

<開催時間 13:30~15:00>



★ 10 月のふれセン講座予定

日	時間	講座名	内容	講師	参加料
10/15 (木)	13:30~15:00	介護予防教室	健康づくり	小榊アスカ福祉会	無料
10/21 (水)	10:00~11:30	お遊び教室	家庭教育	子育て支援課	無料

令和2年 10月 木鉢地区ふれあいセンター 貸室予約表

9月27日 現在

日 曜	第1研修室			第2研修室	第3研修室	第4研修室	調理室
1 木	スクエアステップ 10:00~11:00	認知介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00		木鉢2丁目自治会 13:00~15:00		
2 金		太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00		研修 13:00~16:00		
3 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	木鉢2自治会 19:00~21:00			多趣味愛好会 13:00~17:00	
4 日		空手道 大開会 12:00~17:00					
5 月	休所日						
6 火	高齢者交通費説明会 10:00~11:00		ボクササイズ 19:00~21:00				
7 水		木鉢がいっしょ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00				
8 木	スクエアステップ 10:00~11:00	認知介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00				
9 金	子育て「こつとん」 10:00~12:00	太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00		フルーツファンガル 10:00~12:00		
10 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00			多趣味愛好会 13:00~17:00	
11 日		空手道 大開会 12:00~17:00			フルーツファンガル 9:00~12:00		
12 月	休所日						
13 火	エアロビクス①② 10:00~12:30		ボクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00			
14 水		木鉢がいっしょ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00				
15 木		介護予防教室 13:30~15:00	ボクササイズ 19:00~21:00				
16 金		太極拳 花 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00		フルーツファンガル 10:00~12:00		
17 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00	天寿会 13:30~15:00	胡奴華ファンガル 13:00~16:00	多趣味愛好会 13:00~17:00	
18 日		空手道 大開会 12:00~17:00					
19 月	休所日						
20 火	エアロビクス①② 10:00~12:30		ボクササイズ 19:00~21:00				
21 水	お遊び教室 10:00~11:30	木鉢がいっしょ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00				
22 木	スクエアステップ 10:00~11:00	認知介護体操 13:30~15:30	ボクササイズ 19:00~21:00				
23 金			空手道 大開会 17:00~21:00		フルーツファンガル 10:00~12:00		
24 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00			多趣味愛好会 13:00~17:00	
25 日		空手道 大開会 12:00~17:00			フルーツファンガル 9:00~12:00		
26 月	休所日						
27 火	エアロビクス①② 10:00~12:30		ボクササイズ 19:00~21:00	編み物教室 10:00~13:00			
28 水		木鉢がいっしょ会 13:00~15:00	Dance♪GRM 17:00~21:00		竹の子会 10:00~12:00		
29 木	エアロビクス①② 10:00~12:30		ボクササイズ 19:00~21:00				
30 金			空手道 大開会 17:00~21:00				
31 土	ラージ木鉢 9:30~12:00	木鉢民謡会 13:00~15:00	空手道 大開会 17:00~21:00			多趣味愛好会 13:00~17:00	