



令和4年12月 中川福社会館だより

毎月20日発行

年末年始『休館日』のご案内

12/29(木)~令和5年1/3(火)までお休みです



🎄 🎁 🌿 🎁 12月イベントのお知らせ 🎄 🎁 🌿 🎁

各イベントの受付開始日にあわせてお電話または来館にてお申込みください☺

ボッチャゲーム

★11/22(火)から受付開始

12/6 (火) ①13:00~14:00 / ②14:00~15:00 定員8名

ボッチャとは、ボールを転がして的確(まと)にどれだけ寄せられるか競うカーリングのようなゲーム。ルールを覚えて対戦してみよう！



フレイル予防 (担当: 認知症予防リーダー) ★11/25(金)から受付開始

12/9 (金) 10:30 ~ 11:30 定員12名

フレイル(虚弱)とは? ➡ 加齢にともない心身の機能が低下すること。虚弱体質にならないように筋トレをして健康寿命を延ばしましょう!
※毎月連続でのお申込みはご遠慮ください



シアター🎬『今夜、ロマンス劇場で』 ★11/28(月)から受付開始

12/12(月)・14(水) … 10:00~
12/13(火)・15(木)・16(金) … 13:00~ 定員12名

職員の
オススメ!

映画の中にいるはずのお姫様が突然目の前に現れた!!
触れたいけど触れられない秘密があって! ?
ガラス越しのキスシーンに答えが… ✨





リトミック体操 ～音楽とココロと体を元気にしよう～

★12/1(木)から受付開始

12/15 (木) 10:00 ～ 11:30 定員10名

先生のキーボードに合わせて体を動かしましょう☆
スマイルの受講生たちと一緒に元気UP!!



クラフト「雪だるまの切り株スタンド」 ★12/1(木)から受付開始

※事前集金のため来館してお申込みください

12/15 (木) 13:30 ～ 15:00

定員18名 参加費：150円

持ち物：ハサミ、木工用ボンド



サロンおいでやす♪

★12/7(水)から受付開始

12/21 (水) 10:00 ～ 11:30 定員12名

体操・脳トレ・ぬり絵…何をするかお楽しみに☆
一緒に笑って楽しく **頭も心も**活性化!!
みなさんこぞっておいでやす～♪

※11月参加された方は1月以降にお申込み下さい



医師による健康相談 (当日お申込みOK)

①12/13 (火) 13:30～ (小塚Dr)

②12/23 (金) 13:30～ (小塚Dr)



病院に行くまでもないけれど気になることがある方、お気軽にご相談ください。

