



手作り人形「鬼の宴？」

当センターの講座で「吊るし雛」の講師をしてくださいました干川先生が作られた「鬼の人形」をギャラリーに飾りました。

邪悪な存在のイメージが強い「鬼」ですが、「人間のおよばぬ神聖な存在」として扱われることもあります。鬼とは崇高な神の使いだと考えられていたのです。厄除け・魔除けの役割があり「その恐ろしい形相で身に降りかかる災難を払ってほしい」という願いが込められています。ほんわかとした雰囲気ので可愛い鬼が利用者さんの心を和ませてくれています。ご来館の際は是非ご覧ください。



お気軽ふらっと体操教室

令和5年5月16日(火) 14:00~15:30

<受付> 13:30~ ABCホール

<定員> 40名(市内在住・先着順)

<持ち物> 飲み物・タオル・動きやすい服装
室内用運動靴

<体操指導> ヘルスパートナー高津

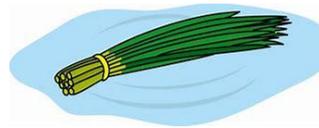
※楽しく無理せずに行える体操
です。是非、ご参加ください。



5月1日(月) しょうぶ湯

昔から薬草として使われてきた「菖蒲」。今は、男の子の日とされている「端午の節句」が宮中行事であった頃から邪気払いとして使われていました。また菖蒲には、精油成分が多く含まれて腰痛や神経痛に良いとされています。

5月の季節湯は、この菖蒲を使った「しょうぶ湯」を当センターの入浴サービスをご利用の皆様、楽しんでいただこうと思います。



【豆知識】 柏餅の由来



柏の木は新芽が出るまでは親の葉が枯れ落ちることなく守ることにちなみ、家系が絶えない縁起の良い葉として、親が子の無事を願う気持ちを表しています。

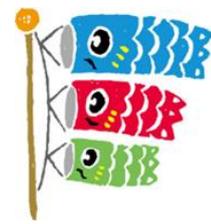
熱中症に注意しましょう！

気温の高い日には、熱中症に気を付け、こまめに水分補給をしましょう。外出の際は涼しい服装・日傘・帽子などを着用し体調に不安のある時は外出を控えましょう。





5月予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1 しょうぶ湯 生活相談 湯	2	3 休館日 憲法記念日	4 休館日 みどりの日	5 休館日 こどもの日	6
7 休館日	8 背骨ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ④ 精神科相談 生活相談 湯	9 貸室抽選会 ゆったり②	10 姿勢・ゆがみ② フレイル予防③ 生活相談 湯	11 スタバ相談 ピラティス② スマホ(ﾌｯﾄﾞ ﾚｲﾄﾞ)③ ヨガ① 色鉛筆③ 生活相談	12 季節の折り紙② 古典文学③ 内科相談 湯	13
14 休館日	15 背骨ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ⑤ 生活相談 湯	16 お気軽ふらっと 体操教室 ゆったり③ アート書道③	17 姿勢・ゆがみ③ フレイル予防④ 生活相談 湯	18 スタバ相談 スマホ(ﾌｯﾄﾞ ﾚｲﾄﾞ)④ ヨガ② ピラティス③ 生活相談	19 楽しく歌いましょう① 湯	20
21 休館日	22 介護予防教室 背骨ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ⑥ 生活相談 湯	23 アート書道④	24 姿勢・ゆがみ④ フレイル予防⑤ 生活相談 湯	25 スタバ相談 ピラティス④ スマホ(ﾌｯﾄﾞ ﾚｲﾄﾞ)⑤ ヨガ③ 色鉛筆④ 生活相談	26 季節の折り紙③ 古典文学④ 内科相談 湯	27
28 休館日	29 背骨ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ⑦ 精神科相談 生活相談 湯	30 ゆったり④	31 姿勢・ゆがみ⑤ フレイル予防⑥ 生活相談 湯			

湯お風呂…月・水・金 11時～14時(受付:10時30分～13時30分) 踊り…金(9時～16時)

医師による健康相談(予約制)

精神科 第2・4月曜10時～
内科 第2・4金曜13時半～
健康に関することなどお気軽にご相談ください。

日時は医師の都合により変更があります。

生活相談(月・水・木)

9:00～16:00

日常生活の中での不安、疑問など些細なことでもお気軽にご相談ください。

生活相談員が状況に応じ行政機関など関係機関をご案内します。

ス・タ・パ相談(木曜日)

13:00～16:00 1人45分

申込みは電話または直接来所

先着予約制。お使いのスマートフォン・タブレット・パソコンをご持参ください。詳しくは、「ス・タ・パ相談のご案内」をご覧ください。